

The background of the entire page is a close-up photograph of a hand, with fingers slightly curled. Overlaid on this image are faint, hand-drawn outlines in purple and yellow, which appear to be tracing the contours of the hand and fingers.

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO

*CAMPUS BAIXADA SANTISTA*

AGUIESKA MACIEL RIBEIRO

**UM OLHAR SOBRE A AVALIAÇÃO EM EUTONIA:  
REFLEXÕES PARA PENSAR A EDUCAÇÃO FÍSICA**

Santos

2015

AGUIESKA MACIEL RIBEIRO

# **UM OLHAR SOBRE A AVALIAÇÃO EM EUTONIA: REFLEXÕES PARA PENSAR A EDUCAÇÃO FÍSICA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Universidade Federal de São Paulo como parte dos requisitos curriculares para obtenção do título de bacharel em Educação Física – Modalidade Saúde.

**Orientador:** Prof.<sup>a</sup>. Dra. Laíse Tavares Padilha Bezerra Gurgel de Azevedo

**Coorientador:** Prof. Dr. Vinícius Demarchi Silva Terra

Santos  
2015

## **Dedicatória**

*Dedico esse trabalho aos meus pais.*

## **Agradecimentos**

Agradeço a Deus pelo amparo, proteção e força.

Agradeço a minha família, em especial a minha avó Linda, por todo carinho e as palavras de incentivo ao longo da graduação.

Agradeço aos meus pais por todo amor e carinho, por me ensinarem, por estarem sempre ao meu lado e me darem forças para nunca desistir.

Agradeço a turma 06, aos meus amigos Bruna, Rafael, Priscilla e Wladimir que conheci na graduação e que pretendo levar pra vida.

Agradeço o Guilherme por ser tão presente e atencioso, por me apoiar e encorajar sempre.

Agradeço todo corpo docente da Unifesp que ao longo desses anos contribuíram para minha formação, em especial, aos professores Conrado, Laíse, Marina e Vinícius.

Agradeço a todos que diretamente ou indiretamente contribuíram para a realização desse trabalho.

Agradeço as Eutonistas pela recepção, disposição e acolhimento ao longo do trabalho.

Por fim, agradeço a minha orientadora pelo carinho, paciência e dedicação, por me auxiliar sempre que preciso e ao coorientador por abraçar essa ideia e contribuir significativamente para a execução desse trabalho.

## Epígrafe

*“A vida é fugaz, tão veloz, tão passageira. A gente sofre demais por bobagens, por besteira. Tudo um dia se desfaz, mesmo que queira ou não queira. Importa é viver em paz, pois quando olhamos pra trás lá se foi a vida inteira”*

*Jenário de Fátima*

## Resumo

Considerada um dos primeiros métodos de Educação Somática, a Eutonia é uma prática terapêutica e pedagógica que leva em conta as relações entre mente e corpo, a partir da experiência corporal, e tem como principal fundamento ensinar o indivíduo a viver bem e ser responsável pelo seu corpo e sua saúde. O objetivo primário desta pesquisa foi identificar quais técnicas avaliativas (empírica ou instrumental) são aplicadas na intervenção do profissional que faz uso do método da Eutonia e como objetivo secundário, identificar quem são esses profissionais, como organizam/planejam suas aulas e traçar uma reflexão acerca do papel terapêutico. Sob a ótica da pesquisa qualitativa, do tipo exploratório, realizou-se uma pesquisa de campo por meio de entrevista semiestruturada e diário de campo. Participaram como voluntárias no 1º momento 5 Eutonistas, todas de São Paulo e permaneceram como voluntárias no 2º momento, 2 Eutonistas formadas em Educação Física. Após análise dos resultados verificou-se que a avaliação empírica é a mais usual entre as Eutonistas, contudo ela não tem uma padronização e é mais utilizada como ferramenta de análise para o aluno, que passa pelo processo de conscientização através da Eutonia. As Eutonistas vêm das mais diversas áreas, embora todas as formações anteriores a Eutonia estejam estreitamente relacionadas ao corpo e fazem uso de um planejamento aberto, que geralmente é organizado a partir da demanda dos alunos. As Eutonistas entendem que o papel pedagógico e terapêutico caminham juntos, ainda que por vezes dependendo do tipo de aula (grupo/individual) um trabalho é mais facilitado que outro. Dessa forma, podemos refletir e pensar sobre a futura atuação dos profissionais vinculados ao curso de Educação Física – modalidade saúde, que têm como objetivo a prevenção e promoção da saúde de forma integral. Quando combinado com o vasto conhecimento que o método traz em relação à consciência corporal, o profissional de Educação física poderá atribuir valores da Eutonia (tanto dos seus princípios quanto da sua abordagem avaliativa) para a sua intervenção ou até mesmo usa-la enquanto ferramenta de trabalho.

**Palavras Chave:** Eutonia, técnicas avaliativas, consciência corporal, Educação Física.

## **Abstract**

Considered one of the first methods of Somatic Education, Eutony is a therapeutic and educational practice that takes into account the relationship between mind and body based on the body experience and has as a main fundament teaching the individual to live well and be responsible for their body and health. The primary objective of this research was to identify which evaluative techniques (empirical or instrumental) are applied to the intervention of the professional who makes use of the Eutony method and as a secondary objective to identify who these professionals are, how they organize and plan their lessons and understand the therapeutic role. Under the perspective of qualitative research, exploratory, field research through semi-structured interview and field diary were realized. Five Eutony professionals participated as volunteers in the first time, all of them from São Paulo and two Eutony professionals graduated in Physical Education remained as volunteers in the second time. After analyzing the results, it was verified that the empirical evaluation is the most common among Eutony professionals, yet it lacks standardization, and is most commonly used as an analytical tool for the student who goes through the process of awareness behind the Eutony. The Eutony professionals come from several different occupation fields, despite that all previous Eutony graduations are connected with the body; they use an open planning that are generally organized according to the student demands. The Eutony professionals understand that the educational and therapeutic role go together, although sometimes depending on the type of class (group/individual) one session could be easier than others. Thus, we can reflect and consider about the future performance of the professionals linked to the Physical Education course - healthcare modality that has the objective of prevention and health promotion integrally. When combined with the wide knowledge that the method brings in relation to the body awareness, the professional of Physical Education will be able to aggregate Eutony values (both its principles and its evaluative approach) to its intervention or even use it as a work tool.

**Keywords:** Eutony, evaluative techniques, body awareness and Physical Education.

## Referências Imagéticas

<b>Imagem 1</b>	Fonte: <a href="http://1.bp.blogspot.com/a_ewjN5u_RI/U1EsrXS3lPI/AAAAAAAAA68/Vahs86aqw0Q/s1600/p%C3%A9sm%C3%A3osmodiBx.jpg">http://1.bp.blogspot.com/a_ewjN5u_RI/U1EsrXS3lPI/AAAAAAAAA68/Vahs86aqw0Q/s1600/p%C3%A9sm%C3%A3osmodiBx.jpg</a> .....	<b>00</b>
<b>Imagem 2</b>	Fonte: <a href="http://www.ayelenblanco.com.br/wpcontent/uploads/2012/05/educ-somatica3.jpg">http://www.ayelenblanco.com.br/wpcontent/uploads/2012/05/educ-somatica3.jpg</a> .....	<b>09</b>
<b>Imagem 3</b>	Imagem capturada pela autora.....	<b>16</b>
<b>Imagem 4</b>	Fonte: <a href="http://www.webhosting-workarea24.de/kunden/images/eODoN/image/02a_Gerda_Portrait_1-1.jpg">http://www.webhosting-workarea24.de/kunden/images/eODoN/image/02a_Gerda_Portrait_1-1.jpg</a> .....	<b>28</b>
<b>Imagem 5</b>	Fonte: <a href="http://e-ducation.datapeak.net/psychologists/gerda.jpg">http://e-ducation.datapeak.net/psychologists/gerda.jpg</a> .....	<b>29</b>
<b>Imagem 6</b>	GAINZA, V.H. <b>Conversas com Gerda Alexander:</b> Vida e pensamento da criadora da Eutonia. São Paulo. Summus. p. 31.....	<b>29</b>
<b>Imagem 7</b>	Fonte: <a href="http://www.karinschaefer.eu/sites/all/themes/yaml/images/eigene/gerda_alexander.jp">http://www.karinschaefer.eu/sites/all/themes/yaml/images/eigene/gerda_alexander.jp</a> .....	<b>30</b>
<b>Imagem 8</b>	Fonte: <a href="https://poeticasdocorpo.files.wordpress.com/2010/06/huesca-2007-150.jpg?w=300&amp;h=199">https://poeticasdocorpo.files.wordpress.com/2010/06/huesca-2007-150.jpg?w=300&amp;h=199</a> .....	<b>32</b>
<b>Imagem 9</b>	Fonte: <a href="http://www.eutonia.org.br/textos/2012/curso_de_ferias_julho.jpg">http://www.eutonia.org.br/textos/2012/curso_de_ferias_julho.jpg</a> .	<b>44</b>
<b>Imagem 10</b>	Fonte: <a href="http://www.eutoniaymovimiento.com.ar/wp-content/uploads/2014/08/slide2.jpg">http://www.eutoniaymovimiento.com.ar/wp-content/uploads/2014/08/slide2.jpg</a> .....	<b>48</b>



## Sumário

Introdução.....	9
Metodologia.....	14
A persistente Gerda Alexander.....	28
Corpo Soma.....	32
Avaliação em Eutonia: pontos e contrapontos para pensar a avaliação em Educação Física.....	44
Conclusão.....	48
Referências Bibliograficas.....	51
Anexos.....	53
Apêndices.....	58

# Introdução



Imagem 2

O corpo pode ser entendido a partir de vários conceitos, vindos das mais diversas áreas. Porém, um corpo é basicamente feito de um conjunto de histórias, reconhecemos um corpo retraído, tímido, dinâmico, ágil, flexível etc. Uma vez que, sendo corpo, executamos duas funções – expectador e protagonista. Expectador porque ao observar o outro importamos algo para nós, e ao sermos protagonistas exportamos tal comportamento. Reconhecemos o outro porque algo que foi construído ali, já fez ou faz parte daqui.

Nos últimos anos, a ideia de trabalhar o corpo tem sido bastante desenvolvida, estudada e praticada. Entretanto, existe certa carência do ser humano em se colocar como unidade (corpo/mente). As modernidades nos possibilitam trabalhar o corpo com o menor gasto energético possível, por exemplo: ao se deslocar para o trabalho, pagar uma conta ou fazer compras em um supermercado, somos aparados pelos automóveis, motocicletas e afins. Trabalhar à distância ficou muito mais fácil com as famosas videoconferências.

E que bom! Todos esses mecanismos fazendo parte da nossa vida “corrida”, “agitada” e “sem tempo”. Contudo, a questão primordial desse ponto de vista é pensar de que maneira conseguimos harmonizar essas novas ideologias ao nosso corpo.

Na contemporaneidade foi desenvolvida uma série de práticas corporais que mostram a possibilidade de desenvolver trabalhos voltados para a sensibilidade, bem-estar e criatividade possibilitando ao homem resgatar a sua corporeidade, atuando na ressignificação do mesmo, com a intenção de superar as dicotomias clássicas entre corpo e mente (COLDEBELLA, 2002). Inicialmente algumas dessas práticas foram definidas como práticas holísticas, depois alternativas e atualmente são estudadas no campo da saúde como Práticas Corporais Alternativas e, mais especificamente no campo das artes do corpo, são denominadas práticas de Educação Somática. Essa denominação surge no século XX a partir do conhecimento interdisciplinar por profissionais da área da saúde, da arte e da educação (DOMENICI, 2010).

“A Educação Somática é um campo teórico-prático composto de diferentes métodos cujo eixo de atuação é o movimento do corpo como via de transformação de desequilíbrios mecânico, fisiológico, neurológico, cognitivo e/ou afetivo de uma pessoa” (BOLSANELLO, 2011, p. 306). Os métodos que compõem o campo foram criados na Europa e na América do Norte, entre eles: Técnica de Alexander, que é um trabalho de reeducação psicofísica que ensina como o corpo e a mente podem funcionar juntos, proporcionando um melhor desempenho em relação às atividades diárias (BOLSANELLO, 2008); “o método Feldenkrais, sistema educacional centrado no movimento, visando expandir e refinar o uso do *self* através da conscientização” (FORTIN, et al. 2010); a “Antiginástica, que foi criada por Françoise Mézières e adaptado por Thérèse Bertherat, buscando uma terapia que trata da pessoa como ser global, onde o corpo não se contrapõe à inteligência, sentimentos, alma, mas os inclui como um todo, sem separações” (COLDEBELLA,

2002); a Eutonia, criada por Gerda Alexander resultado da observação precisa e cuidadosa sobre si mesma e sua saúde, tendo como objetivo a regularização do tônus muscular à partir do autoconhecimento (VISHNIVETZ, 1995); e a Ginástica Holística ou método Ehrefried que atua na respiração, equilíbrio, tônus muscular e na psique com mais de 800 possibilidades de mobilizar o corpo (BRASIL et al. 2007). Entre outros.

Embora a natureza desse campo tenha como uma marca forte de empirismo, devido ao próprio início de sua história, a partir de um determinado momento, a sistematização e a reflexão tornam-se fundamentais. Nesse sentido, o seu ingresso nas universidades vem contribuindo muito para a sua consolidação como campo de conhecimento (DOMENICI, 2010, p.70).

Muitos de seus criadores começaram a buscar respostas, motivados pelo desejo de curar-se, contrapondo-se às respostas da ciência dominante. Iniciaram investigações em seus próprios corpos, criando assim suas teorias, fundamentados em suas próprias experiências, prontamente seus métodos mostraram-se eficazes e em seguida foram disseminados por seus discípulos (DOMENICI, 2010).

Tal particularidade se faz presente na Eutonia, criada por Gerda Alexander que a partir de uma condição precária de saúde desenvolveu um método de educação do movimento para que pudesse conviver com seu diagnóstico de endocardite, gastando o mínimo de energia, porém, com maior eficácia. O método foi desenvolvido primeiramente para facilitar as suas atividades diárias, pois sua expectativa de vida era curta, e, não aceitando o diagnóstico, resolveu buscar no corpo possibilidades de retomar suas ações diárias a partir do desenvolvimento da consciência corporal sem se cansar.

Portanto, como observado no primeiro capítulo do livro “Eutonia: Um caminho para a percepção corporal” (1991), intitulado: “Seleção de comentários, desenhos e modelagens de um grupo de alunos de Eutonia”. Alexander descreve um exercício para um grupo caracterizado por principiantes e alunos adiantados:

Os participantes que estavam sentados à mesa tomando café, deveriam fechar os olhos e permanecer imóveis na posição em que estivessem naquele momento. Deveriam primeiro sentir seu pé direito e depois o esquerdo, depois ambos ao mesmo tempo, a sola dos pés, os dez artemhos, o calcanhar, o dorso e a parte anterior do pé, os tornozelos, a tíbia e o perônio, a barriga da perna, os joelhos, e as coxas até a articulação do quadril. Partindo do quadril, deveriam tomar consciência do contato com a superfície do assento e em conexão com a pelve e o espaço abdominal, até chegar ao espaço do tórax. Em seguida, deveriam tomar

consciência das duas metades da caixa torácica com o esterno e das inserções das costelas nas vértebras; do espaço entre as duas articulações úmero-escapulares e das axilas, em conexão com os braços, cotovelos, antebraços, mãos, pulsos e dedos; igualmente, do espaço dos ombros em conexão com o espaço do pescoço e da cabeça, o espaço da boca e da garganta, os maxilares superior e inferior incluindo língua, palato duro e mole, véu palatino, e parte posterior da cabeça em conexão com os ouvidos, o nariz e as órbitas oculares, a calota craniana e o couro cabeludo. Duração do exercício: nove minutos (ALEXANDER, 1991, p. 68).

Esse é um exemplo de exercício que mostrou as diversas reações provocadas nos seus alunos, embora sendo simples, abrange todas as dimensões do ser humano. Ao longo desse exercício foi direcionado aos alunos que se percebessem e posteriormente fizessem registro de suas vivências a partir de alguns instrumentos. Com isso, serão descritas duas técnicas de avaliação que foram à base da nossa investigação: a forma empírica e a instrumental. A forma empírica é realizada ao longo da aula e o Eutonista direciona a atenção dos alunos a um determinado segmento corporal, no qual o aluno desenvolve autonomia e consegue identificar as diferentes sensações antes e depois da aula. Já a forma com instrumentos (comentários, desenhos e modelagens), é realizada imediatamente após o exercício como o supracitado, solicita-se aos participantes que registrem suas vivências, em desenhos e por escrito, antes que suas impressões sejam alteradas. Em seguida, modelá-las em argilas com os olhos fechados, finalizando com a leitura das suas impressões ao grupo (ALEXANDER, 1991).

Dessa forma, o dialogo que se estabelece entre Eutonia e Educação física, caminha no sentido de aproximar a formação sensível que se dá através do aprofundamento do método juntamente com toda bagagem corporal que a Educação Física possui, embora, ao longo dos anos a formação técnica tenha ficado mais evidenciada. A ideia central é potencializar a educação corporal, considerando a totalidade do ser, tomando o sensível como fundamento de um processo de ensino-aprendizagem e a Educação Física, muitas vezes se distancia desse sensível, contudo é uma área que pode agregar fundamentos e deve ser valorizada.

Salomé (2001) apresenta em sua resenha que Duarte Jr. nos apresenta duas formas do ser humano conhecer: o conhecimento inteligível que diz respeito a como o mundo é pensado por nós e o saber sensível que seria como o nosso corpo conhece o mundo. E ambas as formas estão interligadas e compõem a formação do individuo em uma esfera global que se dá através da valorização da prática corporal.

A pesquisa foi relevante no âmbito acadêmico, pessoal e social. No que concerne o âmbito acadêmico, a pesquisa contribui com a ampliação da margem de estudos disponíveis na literatura visto que os estudos sobre o tema ainda são restritos. Já na questão pessoal, a Eutonia

proporcionou um diálogo sensível em relação a nossa intervenção, educando para uma formação sensível, que vai além da técnica, sendo capaz de ampliar o olhar sobre o corpo e despertar sensações antes nunca sentidas. Por fim, a sociedade como um todo, desde os profissionais como os adeptos a prática terão maior conhecimento sobre a Eutonia.

## Metodologia

Diante do exposto o objetivo deste trabalho foi identificar as técnicas avaliativas que são aplicadas na intervenção do profissional que faz uso do método da Eutonia, conforme os princípios abordados em nossa revisão de literatura, identificar quem são os profissionais que trabalham com Eutonia em Santos e São Paulo (capital); Compreender como eles organizam e planejam as suas aulas; mapear o tipo de avaliação que fazem uso e neste item em particular, buscou compreender se as estratégias avaliativas sugeridas pela criadora da Eutonia são seguidas ou se há outras formas de avaliação que estão sendo aplicadas; e refletir sobre o papel terapêutico da Eutonia.

Destacamos que as pesquisas qualitativas têm como objetivo explicar sobre o fenômeno que observa. Segundo Minayo (2012), por trabalhar com questões muito particulares, esse tipo de pesquisa representa um nível de realidade em que não se pode ou não se deve quantificar, trabalhando com significados, valores, atitudes e motivos.

Para atingir os objetivos desta pesquisa, foi utilizado uma entrevista semi-estruturada na primeira fase da pesquisa, deixando os entrevistados livres para discorrer sobre o tema, a partir de um roteiro pré-concebido. Na segunda fase da pesquisa fizemos o uso de um diário de campo basicamente com alguns relatos e percepções sobre as aulas acompanhadas.

Dessa forma, foi feito uma releitura do material e organização dos relatos, com base na “análise de conteúdo” de Bardin, que é um conjunto de técnicas de observações e análises, visando obter, a partir de uma sistematização a descrição mais ampla das mensagens, potencializando o escondido, o latente e o não-aparente (BARDIN, 2006, p.09). Segundo Minayo (2012), tal análise constitui-se em captar o próprio comportamento humano, tendo duas funções: verificar as hipóteses e/ou questões e descobertas do que está por trás da mensagem. Os quadros que foram analisados a partir das entrevistas e estão devidamente identificadas.

No primeiro momento, após a aproximação com as Eutonistas, que foram identificadas à partir do cadastro no site da Associação Brasileira de Eutonia e/ou fazem parte do corpo docente do Instituto de Eutonia, conseguimos contatar 8 Eutonistas que mostraram interesse em participar da pesquisa e esse contato inicial foi feito por e-mail com o finalidade de marcar as entrevistas, visto que 7 delas eram de São Paulo capital e 1 de Santos, foram marcadas e concluídas 5 entrevista (em anexo) sendo todas realizadas em São Paulo. Participaram da pesquisa, 5 voluntárias identificadas a partir de pseudônimo, com diferentes idades e formações, sendo a formação em Eutonia imprescindível. Como critério de inclusão ter acima de 3 anos de prática e nesse primeiro

momento não consideramos critérios de exclusão. Esse primeiro momento foi fundamental para a minha aproximação enquanto pesquisadora com o tema, bem como foi um marco de impulso que me deu mais vontade de saber. Cabe destacar que para análise consideramos todos os discursos da primeira fase.

A segunda fase da pesquisa (fase participante) continuaram como voluntárias, 2 profissionais que participaram da primeira fase onde foi realizada a entrevista, sendo o critério de inclusão a formação em Educação Física, e o uso de alguma técnica avaliativa e como critério de exclusão não trabalhar com avaliação.

No segundo momento da pesquisa nos aproximamos das 2 Eutonistas e optou-se por uma pesquisa participante no intuito de nos apropriar mais significativamente dessa prática. Destacamos que este tipo de pesquisa se caracteriza pelo envolvimento do pesquisador com as pessoas investigadas (GERHARDT e ENGEL, 2009). Para tanto fizemos uso de um diário de campo (em anexo), basicamente com relatos e comentários sobre as vivências. E assim, acompanhamos as Eutonistas por 2 semanas, participando de 4 aulas (2 de cada Eutonistas) com aproximadamente 2 horas de duração. Cabe destacar que para esse segundo momento, consideraremos além do “Termo de consentimento de livre esclarecido” também fizemos o uso de uma “Carta de ciência e autorização” dos responsáveis por esses locais. O estudo foi submetido ao Comitê de Ética da UNIFESP sob o número do parecer: 1.300.593/2015 e respeitou as normas estabelecidas.

### Sobre a experiência...

Nota intensiva sobre a experiência das 4 aulas que tive a oportunidade de participar: O corpo me fala tantas coisas que por vezes são muitas informações para traduzir em palavras, contudo ainda sendo muito subjetivo é comum. Comum porque é corpo e todos são e subjetivo porque é o meu corpo, ele que me conta a partir do meu/nosso histórico o como ele se relaciona com esse ou aquele estímulo e como eu percebo e reconheço essa mistura de sentir, fazer e não fazer.

Particularmente o mais difícil é como fazer essas memórias (da prática) ficarem e não se perderem. Os meus vícios corporais despertam a todo o momento um desejo de conhecê-los, saber suas origens e trabalha-las, com o objetivo de conhecer as minhas potencialidades e minhas limitações. Por vezes, esse desejo vai ficando esvaziado e um tanto perdido, mas gosto quando me encontro nem que seja por um momento, em uma aula, e me descubro, eu me permito!

A aula é sempre uma surpresa, pois a gente nunca sabe o que realmente vai acontecer e o mais curioso é quando você está fazendo as movimentações direcionadas pela Eutonista e pensa:



Estou fazendo certo?/ Não estou sentindo nada./ Ah! Isso é bom, gosto disso./ Olha só que interessante, nunca tinha parado para pensar nisso./ Como tudo isso acontece?/ Que sensações são essas? Enfim... E ao longo da aula vou sendo presenteada com as percepções e sensações que o meu corpo oferece e eu sou capaz de sentir, e a partir dessa corporeidade as relações ficam mais intensas, sejam elas comigo, com o outro ou com o mundo. O diário de campo também é composto pelas notas descritivas e se encontra nos apêndices.



Imagem 3 - Aula em grupo, São Paulo (2015)

Em suma como componentes desse trabalho temos a introdução, com uma breve apresentação da evolução historia do comportamento do homem em relação a sua percepção, seguida de uma síntese sobre Educação Somática e o método da Eutonia, juntamente com nossos objetivos, justificativas e metodologia. No primeiro capítulo titulado ‘A persistente Gerda Alexander’, foi apresentada a história da criadora, a origem do método e as principais influências. Já no Segundo capítulo titulado ‘Corpo Soma’ foi desenvolvida uma estruturação a partir de alguns conceitos, como: o corpo, o ‘soma’, Eutonia, consciência e experiências juntamente com a análise das entrevistas e discussão com a literatura. Por fim, no terceiro capítulo titulado ‘Avaliação em Eutonia: pontos e contrapontos para pensar a avaliação em Educação Física’ foi identificado a partir da análise das entrevistas, quais são as técnicas avaliativas utilizadas pelas Eutonistas, como é feita e de que forma essa avaliação pode conversar com a avaliação da Educação física e como isso pode influenciar a atuação do profissional de Educação Física.

### Análise de conteúdo - Voluntária L.

Categorias	Subcategorias	Unidade de registro/unidade de contexto
Formação profissional e em Eutonia.	1. Dança  2. Jornalismo  3. Eutonia	<p>‘[...] bom, eu era bailarina, dançava no início bem no início da adolescência, eu fui bailarina clássica mesmo, depois eu passei pra Dança contemporânea [...]’.</p> <p>‘[...] e ao mesmo tempo eu estudava comunicação e jornalismo, eu trabalhava em uma revista chamada Dançar [...]’.</p> <p>‘[...] Eu fiz as sessões fiquei apaixonada logo na primeira sessão, eu percebi que o que faltava...nesse recheio que tava faltando pra mim na Dança, eu ia encontrar na Eutonia e fui fazer a formação da Berta[...]’.</p>
Vozes que compõe a Eutonia	1. Pesquisadores do corpo	‘[...] pessoas que estão buscando um contato mais profundo consigo mesmo...de todas as áreas de todos os jeitos, desde que estejam disponíveis para esse mergulho, para essa busca por entender [...]’.
Conceito e entendimento da Eutonia.	1. Vida  2. Presença	<p>‘[...] é a vida [...]’.</p> <p>‘[...] estar presente em todos os momentos da vida, com todos os elementos que constituem um ser humano, que são todas as estruturas do corpo, esse corpo com os órgãos do sentindo, com o sentir, com o pensar, e estar presente em tudo isso e em relação a todas as atividades, com as pessoas, com o mundo [...]’.</p>
Papel Pedagógico e Terapêutico da Eutonia	1.Sem divisão	‘[...] Eles estão o tempo inteiro se relacionado, né? O trabalho pedagógico e o terapêutico porque a terapia se dá através da pessoa se autoconhecer e aprender sobre si mesmo a partir de si mesmo e aprender como ela tem que lidar consigo mesmo para poder evoluir... [...]’.
Planejamento.	1.Estruturação por tema          2. Aberto	<p>‘[...]Eu não só estruturo como Eu às vezes trabalho um tema durante dois meses, Eu pego um tempo, por exemplo, um osso, um espaço interno do corpo, ou um tema, por exemplo, como a pele ou um tema da motricidade e Eu vou desenvolvendo o tema durante dois meses [...]’.</p> <p>‘[...] só que a aula de Eutonia (vou falar aqui mais perto) ela tem uma coisa muito interessante, que é o que dá tesão na gente de dar aula, porque ela tem uma abertura para você criar durante a aula e essas são as boas aulas, aquelas aulas em que você planejou e durante a aula no contato com as pessoas, observando o que esta acontecendo com cada um do grupo, começam a despencar uma cachoeira de ideias...coisas, ideias de estímulos e projetos de aula que você nunca teve com outro professor, que você nunca</p>

		fez e que acontecem naquele momento [...]’.
Linguagens.	<p>1. Dança</p> <p>2. Neurociência</p> <p>3. Poesia</p>	<p>‘[...] então meu carro chefe é a dança, a aula sempre termina em dança[...]’.</p> <p>‘[...] por exemplo, a aula de hoje que Eu falei muito dessa sinestesia Eu quando for anotar vou colocar partes desse texto de um Neurocientista mostrando como a minha experiência tem a ver com a pesquisa de Neurociência dele [...]’.</p> <p>‘[...] mas, por exemplo, tem aulas que a gente escreve e saem verdadeiras poesias no final da aula, sabe? Eu peço para os alunos irem escrevendo palavras ao longo da aula e no final da aula organizar aquelas palavras e saem poesias [...]’.</p>
Avaliação.	<p>1. Inventário</p> <p>2. Empírico</p>	<p>‘[...] No inventário a gente tem uma série de elementos que levam a pessoa a prestar a atenção em estruturas do corpo como, por exemplo, o que a pessoa sente na pele, o que ela sente no peso do corpo, como ela sente a respiração, como ela observa os pensamentos, mas pra frente é como os pensamentos e sentimentos influenciam no estado do corpo e o inventário cada vez fica mais sofisticado, né...e o inventário é o primeiro registro que leva a pessoa a se voltar para si mesmo e observar que ela sente alguma coisa né. [...]’.</p> <p>‘[...] Então, a pessoa vai aprendendo através da observação do tônus, vai apreendendo a decodificar os seus próprios sentidos, seus próprios sentimentos. Então, parece algo empírico[...]’</p>

### Análise de conteúdo - voluntária M.

Categorias	Subcategorias	Unidade de registro/unidade de contexto
Formação profissional e em Eutonia	<p>1. Dança</p> <p>2. Eutonia</p> <p>3. Psicologia/Psicanálise</p>	<p>‘[...] Eu venho da dança, dança expressiva, eu fui aluna do Klauss Vianna, da Dona Maria Duchess e fiz uma especialização na Alemanha na escola da Pinna Baush... Aqui no Brasil eu era de um grupo de dança que se chamava Panapaná, que era um grupo que mesclava Eutonia e Laban que era o trabalho de uma argentina [...]’.</p> <p>‘[...] e aí soube que ia ter a formação aqui, voltei pro Brasil e fiz a primeira turma de Eutonia [...]’.</p> <p>‘[...] Eu estudei psicologia e fiz formação em psicanálise... E Eu faço um trabalho bem nessa área da integração físico-psique ou psicossomática. [...]’.</p>
Vozes que compõem a Eutonia.	<p>1. Câncer de mama</p> <p>2. Bailarinos, Psicólogos e Educadores</p>	<p>‘[...] Eu trabalho com pós-cirúrgico de câncer de mama, esse eu trabalho bastante porque eu tive câncer de mama... Então eu passei a trabalhar... [...]’.</p> <p>‘[...] mas agora os alunos de Eutonia muitos vêm da dança e tem também pessoas que vem da área de psicologia e alguns da área de educação. [...]’.</p>
Conceito e entendimento da Eutonia.	<p>1. Experiência de vida</p> <p>2. Conexões</p> <p>3. Educação somática</p>	<p>‘[...] Eutonia é uma experiência de vida. É uma maneira de experienciar a vida. Cada momento, né? [...]’.</p> <p>‘[...] é uma maneira de estar diante do mundo, do outro é uma abertura ao outro. Uma conexão consigo mesma, e ao mesmo tempo com a possibilidade de ser flexível e poder se adaptar a aquilo que é vivido. Pessoalmente é isso [...]’.</p> <p>‘[...] e é também um método de educação somática, Eu não diria que é uma técnica mais é um método, assim que a gente pode dizer [...]’.</p>
Papel Pedagógico e Terapêutico da Eutonia	<p>1. Aulas em grupo = viés pedagógico</p> <p>2. Aulas individuais = viés terapêutico</p>	<p>‘[...] porque nas aulas em grupo a gente trabalha com a condução verbal e justamente a pessoa vai aprendendo a se tornar autônomo na Eutonia, basicamente esse é o fio. [...]’.</p> <p>‘[...] no trabalho individual, aí eu acho que o viés terapêutico vai se tornando mais presente, porque embora às vezes eu trabalhe com condução verbal nas sessões individuais um pouco, a gente trabalha muito com o toque, né? Então é uma sessão mais silenciosa onde a comunicação é feita pelo toque [...]’.</p>
Planejamento.	1. Processos individuais.	‘[...] então o que eu faço e que eu sei mais ou menos os processos individuais de cada um e quando é no grupo Eu vou trabalhando coisas que favorecem mais a um mais a outro e todos se beneficiam... Eu pergunto sempre se a pessoa tem alguma coisa que ela sinta que ela precisa trabalhar antes de começar, porque às vezes a pessoa está com uma necessidade de

		trabalhar alguma parte do corpo e eu planejei uma coisa completamente diferente, então eu na verdade, como já sou Eutonista há muito tempo, mais de vinte anos, Eu não planejo nada não [...]’.
Linguagens.	1.Psicologia	‘[...]a Eutonia traz, ela tem espaço para que você traga sua bagagem, para que cada um faça um trabalho autoral não existe uma técnica que é aprendida e aplicada, a construção da Eutonia é feita pelo Eutonista, ele usa os princípios da Eutonia e cada Eutonista vai introjetar esses princípios e vai criar sua maneira de trabalhar, e aí todo repertório vai estar junto, se você é educador, se você é bailarino, se você é psicólogo, se você é fonoaudiólogo, se você é ator. Então, essa coisa da Eutonia pura, ela é pura por que faz parte da Eutonia o indivíduo trazer sua história, trazer e seguir construindo uma história. Você vê que no meu caso eu trouxe a dança e segui pela psicologia como a Eutonia consegui ser um campo onde essas coisas cabem. [...]’.
Avaliação.	1.Empírico	‘[...] a gente usa bastante eu acho que no decorrer do tratamento o que você está chamando de empírico mesmo, que na verdade a gente usa a observação do aluno, desde momento que ele chega, como ele tá caminhando, como ele tá se sentando. Aí a gente observa a profundidade com a qual ele está conseguindo entrar na experiência da Eutonia e depois a gente também pergunta, sempre tem um tempo, onde ele relata o que está sentindo, e ele próprio vai relatar, quais foram os ganhos...seja individual ou em grupo, sempre a Eutonia guarda um espaço para fala. Pra fala sobre a experiência. Então a gente avalia cada experiência, cada aula ou cada sessão, mas também a gente avalia no decorrer do processo porque é a somatória né? [...]’.

### Análise de conteúdo - voluntária T

Categorias	Subcategorias	Unidade de registro/unidade de contexto
Formação profissional e em Eutonia	1. Educação física 2. Dança 3. Eutonia 4. Medicina comportamental 5. Interação Crânio-sacral 6. Reciclante/Eutonia	<p>‘[...] e terminei em 1980 a Educação Física...na USP[...]’.</p> <p>‘[...] E ai, eu fui ser aluna do Klauss Vianna que tinha se tratado do coração e ele era um bailarino e tinha se tratado com a Gerda e ai que eu comecei... [...]’.</p> <p>‘[...] e quando foi 1991 eu comecei a Eutonia, terminei em 1994 a formação... Porque a escola que eu fiz, ela foi inteirinha dada pelos europeus não tinha brasileiros. [...]’</p> <p>‘[...] E ai, então depois disso quando foi 2003 eu fui fazer uma formação em Medicina comportamental na UNIFESP daqui de São Paulo[...]’.</p> <p>‘[...] em 2009 e 2010 eu fiz a formação em crânio-sacral, integração crânio-sacral e em dois mil e onze Eu fiz a pós-graduação em crânio-sacral [...]’.</p> <p>‘[...] e agora esse ano eu estou refazendo o curso inteiro, fazendo como reciclante. [...]’.</p>
Vozes que compõe a Eutonia (Pessoas envolvidas alunos e demais pessoas)	1. Dores 2. Alma 3. Corpo 4. Totalidade	<p>‘[...] ou eles vêm por uma dor do corpo ou eles vêm por uma dor na alma [...]’.</p> <p>‘[...] às vezes eles vêm porque estão com pânico, às vezes eles vêm em depressão [...]’.</p> <p>[...] às vezes acontece de ter as duas coisas uma dor de corpo e por isso uma tristeza, uma depressão, um pânico [...]’.</p> <p>‘[...] tudo é dessa pessoa e essa pessoa é corpo, e ela está tensa... É tudo junto! [...]’.</p>
Conceito e entendimento da Eutonia	1. Jeito de viver 2. Intensidade 3. Tudo	<p>‘[...] Eutonia pra mim é um jeito de viver [...]’.</p> <p>‘[...] ela faz com que minha vida seja mais intensa mais bem vivida [...]’.</p> <p>‘[...] tem a ver com todas as outras coisas que Eu faço o fato d’Eu ser mãe, o fato d’Eu ser avó, o fato d’Eu ter namorado, d’Eu trabalhar, d’Eu ter mãe [...]’.</p>
Papel Pedagógico e Terapêutico da Eutonia	1. Sem divisão	<p>‘[...] Pra mim não tem divisão, a Eutonia é uma pedagogia porque ela é um trabalho de desenvolvimento e é uma possibilidade da pessoa aprender a respeito de si mesmo, então a ideia é que ela não pergunte para outra pessoa como ela está, ela não precisa ir ao médico para saber como estar, ela sabe mais dela do que outras pessoas. Então, é um processo de aprendizagem de</p>

		si. Então, é uma pedagogia e esse processo de aprender sobre si mesmo é muito terapêutico[...].’
Planejamento	1. Aberto	‘[...] Você planeja aonde você vai (o profissional), Então eu vou nessa aula visitar o espaço entre a tíbia e o talus, agora o que vai acontecer com o aluno quando ele vai lá... Ufa! Ai não dá, ai é que começa... Você tem a pedagogia onde você tem um objetivo de saber sua aula, aonde vai e a reação que vem do aluno e todo resultado terapêutico que vai acontecer quando ele chegar lá [...]’.
Linguagens	1. Medicina Comportamental  2. Música  3. Dança  4. Movimento	<p>‘[...] É logico, que quando um aluno vem e chora, eu tenho recursos porque eu faço terapia, porque eu fiz Medicina Comportamental e porque eu vivi a vida né? Então eu tenho recursos para acolher... [...]’.</p> <p>‘[...] durante muito tempo eu trabalhei com músicos de orquestra, eu atendia os músicos da OSESP... E se eu não tivesse tido a formação que eu tive em música e em piano eu não ia entender o sofrimento que tem atrás de um músico [...]’.</p> <p>‘[...] Eu atendo muitos bailarinos também porque eu fiz trabalho de dança [...]’.</p> <p>‘[...] Se eu trabalhei mais com movimento, eu sei orientar melhor o movimento[...].’</p>
Avaliação	1. Empírico	‘[...] Eu uso mais o empírico, porque a Eutonia ela é subjetiva porque a pessoa faz pra ela mesmo, por que é um trabalho de autoconhecimento então ela não precisa provar nada pra ninguém não é como você numa corrida que você sempre tem que fazer sempre uma meta maior, você tem que chegar mais perto de si mesmo, então a avaliação é pessoal [...]’.

### Análise de conteúdo - voluntária P

Categorias	Subcategorias	Unidade de registro/unidade de contexto
Formação profissional e em Eutonia.	<p>1. Serviço Social</p> <p>2. Massagem</p> <p>3. Educação Física</p> <p>4. Eutonia</p>	<p>‘[...] <b>Então você era formada em Serviço Social, e já fazia alguns cursos complementares de massagem?</b> - Fazia, trabalha já com o corpo, mas baseado na minha experiência e não com formação [...]’.</p> <p>‘[...] e aí quando eu decidi que eu queria ir para área do corpo, eu fui fazer curso de massagem [...]’.</p> <p>‘[...] Eu sentia muita falta do conhecimento, vamos dizer oficial sobre o corpo né? Anatomia, Fisiologia e tal. eu ia prestar pra Fisioterapia, mas eu descobri que a Educação Física da USP tinha separado do esporte...quando eu descobri isso prestei pra Educação Física porque eu queria uma área do corpo mais ligada à saúde mesmo e então nesse momento eu fui fazer Educação Física para me prepara pra fazer a formação em Eutonia [...]’.</p> <p>‘[...] chamava Escola Brasileira de Eutonia. Elas deram a formação para minha turma eu comecei em 1998 até 2001[...]’.</p>
Vozes que compõe a Eutonia.	<p>1. Cuidado com o corpo</p> <p>2. Pessoas ligadas à área das humanas e saúde</p> <p>3. Pesquisadores do corpo</p> <p>4. Conexão</p>	<p>‘[...] Homens e mulheres, a maioria que vem para mim, vem com demandas relacionadas à dor, a postura ao cuidado com o corpo, o cuidado com corpo para saúde e não o cuidado estético [...]’.</p> <p>‘[...] Na formação a maioria é profissional de dança, profissional da Educação Física, profissional da Psicologia, da Educação, da Fisioterapia, da Música. Então, áreas ligadas à arte de modo geral... Muitas pessoas da área de saúde principalmente Fisioterapia, ‘Fono’ e Psicologia e Terapia Ocupacional, aliás, é um campo maravilhoso para a terapia Ocupacional [...]’.</p> <p>‘[...] na verdade quem vem mesmo e fica para fazer a Eutonia e quem vive a Eutonia no seu dia-a-dia a pessoa que começa o processo de Eutonia ou em grupo ou individual, porque precisa, porque tem problema de coluna, porque tá deprimido, porque quer se conhecer melhor, porque o médico mandou, porque o vizinho indicou. [...]’.</p> <p>‘[...] algumas pessoas também vem pela questão espiritual a pesar da Eutonia não ter nenhuma abordagem mística, mas como ela nos coloca em contato com a gente mesmo ela acaba sendo um campo de vivência da própria espiritualidade nesse sentindo e não religiosidade tá? Espiritualidade nesse sentindo de uma conexão mais forte [...]’.</p>
Conceito e entendimento	1. Filosofia de vida	‘[...]Eu poderia começar dizendo para você que a Eutonia é uma filosofia de vida que inclui a ideia de que o homem é integral, corpo, mente, espírito



da Eutonia.	<p>2. Equilíbrio de tensões</p> <p>3. Autoconhecimento</p>	<p>psiquismo, social, quer dizer, a relação com o outro e tudo isso tá integrado na experiência humana e através da Eutonia o ser humano vai entrando em contato mais profundo com ele mesmo em todas as dimensões. [...]’.</p> <p>‘[...]A Eutonia busca a economia de esforço, quer dizer, a gente poder estar no corpo, movimentar o corpo com economia de esforço e buscando equilibrar as tensões. [...]’.</p> <p>‘[...]É um trabalho de autoconhecimento, pela via corporal. É um trabalho que faz as pessoas serem mais felizes se Eu não estiver sendo muito ínfimo e ingênua, mais felizes porque elas podem estar melhores com elas mesmas [...]’.</p>
Papel Pedagógico e Terapêutico da Eutonia.	<p>1. Aulas em grupo = viés pedagógico</p> <p>2. Aulas individuais = viés terapêutico</p>	<p>‘[...]Eu sinto que o trabalho em grupo como a gente não toca na pessoa diretamente, não faz o trabalho de toque, ele facilita o trabalho pedagógico que é o trabalho de fazer com que a pessoa aprenda a se cuidar pela característica do trabalho e isso não quer dizer que o trabalho em grupo também não seja terapêutico, no sentido de que a pessoa vai se auto conhecendo, ela vai se observando, entende? [...]’.</p> <p>‘[...]O trabalho individual ele propicia um contato mais íntimo entre o Eutonista e o aluno e essa intimidade que se cria no trabalho individual ela é um campo, um solo fértil para o trabalho terapêutico, em que a pessoa pode trazer essa intimidade na presença do campo do ‘Set’ terapêutico, vamos dizer assim. [...]’.</p>
Planejamento.	1. Aberto	‘[...] É um planejamento aberto, normalmente eu escolho um tema às vezes uma aula encadeia na outra, e às vezes, não! Às vezes eu planejo algo que eu esteja vivendo esteja me interessando e às vezes eu me inspiro em um aluno que está precisando de alguma coisa. Então como regra na minha ação profissional, eu sempre chego e pergunto como vocês estão? [...]’.
Linguagens.	<p>1. Anatomia</p> <p>2. Wilhelm Reich</p>	<p>‘[...] o que acaba acontecendo e que cada Eutonista cria um repertório de linguagem pessoal. Então eu, por exemplo, você pode ver... Eu adoro os ossos. Eu uso muito o meu repertório de conhecimento da Anatomia pras minhas aulas, isso é uma marca que eu posso dizer que é minha [...]’.</p> <p>‘[...] mas o Reich ele aprofunda no sentido de dizer que então temos que trabalhar o corpo e Eu para mim eu tenho uma visão muito forte que o que a gente faz como a gente tem esse entendimento de que o corpo é uno que você não é corpo e mente, corpo e mente é uma coisa só, corpo e psiquismo é uma coisa só, corpo e espírito é uma coisa só [...]’.</p>
Avaliação.	5. Empírico	‘[...] normalmente o que tem é o que aconteceu nessa aula e a pessoa vai vendo o processo às vezes a gente retoma o jeito que ela estava, mas é muito

		<p>no modo empírico mesmo. Esse modo descritivo que descreve o que está acontecendo... E durante a aula de Eutonia a gente vai atualizando isso, por exemplo, a agente começa a aula com o inventário a pessoa deita... O inventário é uma boa forma de avaliação, porque a gente durante uma mesma aula a gente volta várias vezes pro inventário do início da aula então a pessoa tem a oportunidade de perceber como ela estava e como ela está e como ela está de novo e como ela termina a aula. Então ela consegue avaliar a partir da própria percepção [...]’.</p>
--	--	--

### Análise de conteúdo - voluntária S

Categorias	Subcategorias	Unidade de registro/unidade de contexto
Formação profissional e em Eutonia.	1. Dança  2. Jornalismo  3. Artes Plásticas  4. Eutonia  5. Formação de Educadores	<p>‘[...] então minha formação primeiro foi em dança né? Trabalhei bastante o corpo em dança, primeiro com o Ballet clássico, depois Ballet moderno, expressão corporal com Klauss Vianna, dancei em alguns grupos. [...]’.</p> <p>‘[...] depois eu fui pra área de Jornalismo Científico escrevi sobre dança, fiz uma especialização (...) e primeiro eu escrevi sobre dança, sobre educação e saúde principalmente, aí eu fui pra área de educação escrevendo uns livros sobre educação, tudo um trabalho mais jornalístico [...]’.</p> <p>‘[...] e aí que eu fui para área de Artes Plásticas, porque esse ateliê tem também essa pesquisa que eu fiz nessa época com tintas naturais, então comecei a fazer uma pesquisa de tirar tinta de casca de árvore, de raízes então eu trabalhei com artes plásticas [...]’.</p> <p>‘[...] aí eu fui fazer o curso de formação profissional em Eutonia me formei em 2007 [...]’.</p> <p>‘[...] E aí comecei a usar Eutonia junto com a formação para os Educadores de escola e aí eu me especializei mais ultimamente na educação de 0 a 3 anos, fiz esse caminho assim. [...]’.</p>
Vozes que compõe a Eutonia.	1. Educadores  2. Curso de Férias	<p>‘[...] Eu comecei a trabalhar com educadoras das crianças, porque ao mesmo tempo em que eu era uma Arte educadora, de repente eu passei pra área de formar os educadores, e é o que eu faço hoje, eu estou mais formando educadores [...]’.</p> <p>‘[...] curso de férias esporádico, assim eu nem sei se vou continuar dando. [...]’.</p>
Conceito e entendimento da Eutonia.	1. Ferramenta de consciência corporal  2. Cuidado com o corpo	<p>‘[...] é uma ferramenta para consciência corporal que nos aproxima mais das nossas possibilidades corporais [...]’.</p> <p>‘[...] e de um cuidado com o próprio corpo [...]’.</p>
Papel Pedagógico e Terapêutico da Eutonia.	1. Prioridade no papel pedagógico	‘[...] Eu só digo que pode ser usado de forma terapêutica, mas eu só trabalho em grupo com a parte mais pedagógica [...]’.
Planejamento.	1. Teórico e prático	‘[...] Atualmente eu estou fazendo uma mistura das duas coisas, eu faço uma parte bem teórica, nesse curso, por exemplo, que eu dou de extensão

		universitária [...]’.
Linguagens.	1. Emmi Pikler.	<p>‘[...] Eu acabei de escrever um livro, que vai sair ano que vem, mas que tem um capítulo sobre a Eutonia ligado mais a Emmi Pikler, você sabe quem foi Emmi Pikler?... Emmi Pikler ela se especializou nas crianças de 0 a 3 anos, mas ela já usou Eutonia isso lá em mil novecentos e cinquenta ela conheceu a Gerda Alexander através de uma cunhada dela que tinha um problema sério de pulmão e que foi fazer a Eutonia e melhorou muito da questão pulmonar. Porque na época da Gerda a Eutonia também começou a agir na área da saúde né? Porque as pessoas assim não andavam direito, tinham problemas até de não conseguir mais andar...faziam aula de Eutonia começavam a sentir o peso e tal e começava a andar de novo, assim coisas bem fortes aconteceram! E aconteceu também dessas questões...ela começou a trabalhar melhor o corpo e começou a respirar melhor e aí a Emmi Pikler que era uma médica húngara ela falou: Bom, vou conhecer essa Gerda Alexander né? Porque minha cunhada sarou e acabou. Uma aluna da Gerda Alexander acabou indo da Dinamarca onde ela estava com a escola pra Hungria para dar aulas, entende? Então teve um intercâmbio, porque a Emmi Pikler a gente até estuda ela na formação, essa médica ela era diretora de um abrigo no pós guerra e ficou sessenta anos como diretora desse abrigo e como diretora do abrigo ela então observava, filmava, descrevia todas as questões psicomotoras principalmente desses bebês de 0 a 3 anos, eles moravam lá né? Porque eram abrigados, então ela teve assim uma profundidade de pesquisa muito grande. Então Eu me especializei nela [...]’.</p>
Avaliação	<p>1. Instrumento</p> <p>2. Empírico</p>	<p>‘[...]Eu usei muito esse instrumento do desenho...e argila[...]’.</p> <p>‘[...] a avaliação em geral é falada e isso é uma coisa que todas nós fazemos parecido, sempre tem uma roda de conversa, porque pra Eutonia em geral é muito importante você verbalizar depois dessa vivência intensa com o próprio corpo, verbalizar suas sensações, porque com isso você vai aproximar o que você sente com o que você fala né? E assim, quando uma pessoa fala os outros aproveitam muito também, percebem: Nossa ela percebeu isso, como foi pra mim? Enfim... é uma maneira de crescer junto [...]’.</p>

# Capítulo I

## A persistente Gerda Alexander



Imagem 4



Imagem 5 - Berlim (1948)

Gerda Alexander nasceu em Wuppertal, na Alemanha Ocidental em 1908 e faleceu em 1994, nos seus primeiros anos de vida sua saúde era muito precária, não podia digerir leite, sofria de crises hepáticas e adoecia com gripe várias vezes a cada inverno, devido à escassez de alimentos na Alemanha durante a Primeira Guerra Mundial (GAINZA, 1997). Quando criança teve uma educação muito refinada e sonhava ser bailarina, frequentou as aulas de rítmica segundo o método de Jacques Dalcroze<sup>1</sup> e estava decidida a ser bailarina profissional (DASCAL, 2005).

Seus pais haviam se conhecido por intermédio de Otto Blensdorf (aluno de Dalcroze) e decidiram que seus filhos seriam educados de

acordo com os princípios dessa escola. O pai de Gerda passava horas no piano interpretando obras de Mozart e Beethoven não havia uma única vez que ela ficasse parada, era inquieta e cheia de entusiasmo sempre usava muita energia e sua mãe adorava música, circo e teatro, tinha muita imaginação e sempre estava cheia de ideias (GAINZA, 1997).

Enquanto Gerda estudava o corpo, já ministrava algumas aulas de movimento na escola de Otto Blensdorf para crianças e adultos excepcionais, havia crianças de todas as classes sociais, contudo a grande maioria pertencia a famílias mais pobres, ali teve a oportunidade de trabalhar com as mais diversas situações provenientes de lares com problemas e com delinquentes juvenis, com o passar do tempo à escola mudou-se para Rhineland, pois estavam comprometidos a trabalhar para o Departamento de Pesquisas Pedagógicas da universidade, dirigido pelo professor Peter Peterson<sup>2</sup>, que fez funcionar a primeira escola livre e estava

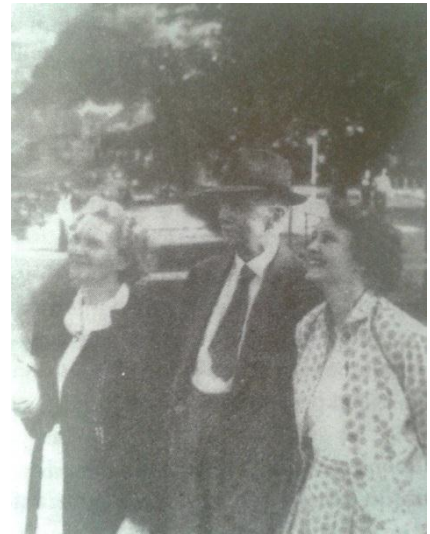


Imagem 6 - Com seus pais (1954)

convencido que a rítmica de Dalcroze podia dar as crianças uma disciplina interior, Gerda trabalhou como ajudante dos professores e isso fez com que ela tivesse a melhor educação pedagógica da vida dela, ao ter contato com tantos casos e sob a orientação de professores que influíram profundamente em seu trabalho (GAINZA, 1997).

<sup>1</sup> Émile Jaques-Dalcroze (1865-1950) Foi pianista, professor, diretor teatral, maestro, cantor, ator, coreógrafo, escritor, compositor e pedagogo musical.

<sup>2</sup> Peter Peterson (1884-1952) Foi pedagogo e seu projeto foi baseado em observar o ritmo de cada aluno e seu objetivo era unir o dia-a-dia da criança com a escola.

Aos 17 anos sofreu uma febre reumática, seguida de um diagnóstico de endocardite<sup>3</sup>, o que debilitou muito a sua saúde e os médicos a proibiram de executar qualquer tipo de movimento e a partir desta condição, Gerda Alexander passou a estudar seu corpo e o profundo interesse pelo movimento proporcionou a força necessária para terminar os estudos que a formaria como professora de rítmica de Dalcroze, utilizando o mínimo de energia para que pudesse conviver com seu diagnóstico (GAINZA, 1997).

Com base no seu estudo e observação do corpo, comprovou que quando se tem noção e entendimento do que se quer fazer, o organismo reage de forma reflexa utilizando exatamente a quantidade certa de energia com um nível correto de tônus, desde que os músculos sejam flexíveis e não estejam inibidos pelas tensões habituais (GAINZA, 1997).

Com isso, Gerda pensava que essa educação do corpo deveria ensinar aos alunos certas leis básicas que lhes permitiriam desenvolverem-se de acordo com seu próprio caminho e equilibrando suas tensões e ficava maravilhada em pensar nas variações que seriam possíveis se cada um se expressasse baseados nessas leis do movimento, da gravidade, na antigravidade e sua manifestação no espaço (GAINZA, 1997). Dessa forma, compreenda-se a Eutonia como um método que possibilita o homem a adquirir o domínio de seu tônus em todos os tipos de atividade prática e artística, inclusive a capacidade de baixar o tônus almejando o profundo relaxamento para o repouso (ALEXANDER, 1991).

Em um curto período, entre as duas Guerras Mundiais, vários congressos aconteciam na Alemanha sobre movimento e dança tendo como proposta geral a descoberta da própria personalidade por meio do movimento, contudo ainda era muito claro para Gerda que cada aluno imitava, em maior ou menor grau, o estilo do mestre, por seu comportamento ou maneira de caminhar (GAINZA, 1997). Ainda segundo Gainza, (1997) Gerda passou a olhar o seu próprio corpo com o objetivo de entender como ele se comportava e qual era a estratégia que inconscientemente fazia parte de seu repertório.



Imagem 7 - Gerda Alexander

Elfriede Feudel, diretora do grupo alemão Professores de Educação Rítmica, acreditava que quando Hitler estivesse governando haveria algumas reformas em termos de educação musical, contudo Gerda sabia que as ideias de Dalcroze não poderiam ser colocadas em prática enquanto o nazismo dominasse, apesar das excelentes propostas para dirigir escolas em Berlim, Dresden, Düsseldorf, por exemplo, não poderia aceitar voltar para Alemanha, pois era contra o

<sup>3</sup> Inflamação do endocárdio, revestimento interno do coração.

nazismo. Decidiu então ir para a Dinamarca e trabalhou para o desenvolvimento de uma nova pedagogia, ensinava a 6 jardins de infância e trabalhava com 3 grupos de 50 alunos (GAINZA, 1997).

Feudel sugeriu que começasse a dar aulas particulares para professores de rítmica sobre educação por meio do movimento, sem interferências políticas, participaram músicos renomados que ensinavam educação vocal, piano, improvisação, fabricação de flautas de bambu e interpretação com instrumentos e ainda contavam com professores de anatomia, fisiologia e outras disciplinas análogas (GAINZA, 1997). Segundo Gerda:

Foi a primeira vez que tive os mesmos alunos durante várias horas por dia e pude observar como a consciência corporal modificava, não somente o movimento, a respiração, a circulação e o metabolismo, mas também o comportamento psicológico e social, passo muito importante, além da descoberta do 'contato' e da 'permeabilidade' e da boa sustentação para todos os movimentos (GAINZA, 1997, p.32).

A Eutonia se baseia na sensação tátil consciente, no desenvolvimento da sensibilidade superficial e profunda de estar aberto e receptivo aos outros, sem enfraquecer a própria personalidade (ALEXANDER, 1991).

Dessa forma, ficou claro que, ao trabalhar com a capacidade humana de mover-se e desloca-se no espaço e ter consciência dessa capacidade, não só melhorava a qualidade do movimento como influía na pessoa como um todo, mediante cuidadosas experiências e observações de pessoas sadias ou doentes, das mais variadas idades foi sendo comprovados e validados os trabalhos por ela desenvolvidos (VISHNIVETZ, 1995). Ainda segundo Vishnivetz, os resultados obtidos a partir da prática de Eutonia chamaram a atenção de médicos e investigadores no campo da saúde, da arte, do esporte e, sobretudo, da reabilitação física e da pedagogia em geral, embora a Eutonia tenha nascido no campo da educação do movimento, logo ultrapassou suas fronteiras.



## Capítulo II

### O corpo Soma



Imagem 8

Thomas Hanna escritor, filósofo e professor norte-americano criou o termo Educação Somática e propôs uma distinção entre a forma tradicional de compreender o corpo (Fisiologia, Medicina e Psicologia) e a forma de compreendê-lo a partir da Educação Somática, a palavra ‘soma’ foi reinventada por ele e significa percebido a partir do indivíduo, pela percepção da primeira pessoa, ou seja, pelo senso proprioceptivo e ‘corpo’ para referir-se ao organismo visto de fora, a partir de uma terceira pessoa (HANNA, 1986, *apud* SOUZA, 2006, p. 149). Tratar o corpo como soma, ou seja, a partir de sua subjetividade, é o principal objetivo dos métodos de Educação Somática, entre os quais está a Eutonia.

Já para Merleau-Ponty, filósofo e psicólogo francês que se baseava em uma visão fenomenológica, também em relação às experiências pessoais, considera que a percepção é o ato pelo qual a consciência apreende um dado objeto, utilizando as sensações como instrumento e essa percepção é compreendida através dos movimentos. Afirma o filósofo: “Não é o sujeito epistemológico que efetua a síntese, é o corpo, quando sai de sua dispersão, se ordena, se dirige por todos os meios para um termo único de seu movimento, e quando, pelo fenómeno da sinergia, uma intenção única se concebe nele” (MERLEAU-PONTY, 1999, p.312).

Para Bertherat e Berstein (1977), criadora da antiginástica, o corpo se chama ‘casa’ e essa casa é construída a partir da nossa história, da nossa formação e de como fomos estimulados ou punidos e então por vezes o corpo de verdade, harmonioso, dinâmico e feliz, por natureza foi substituído por um corpo estranho que se aceita com dificuldade, porém no fundo se rejeita.

Você é o único proprietário, mas faz tempo que perdeu as chaves. Por isso fica de fora, só vendo a fachada. Na casa que é o seu corpo, as paredes ouvem. As paredes que tudo ouviram e nada esqueceram são os músculos. Na rigidez, críspação, fraqueza e dores dos músculos das costas, pescoço, diafragma, coração e também do rosto e do sexo, está escrita toda a sua história, do nascimento até hoje (BERTHERAT; BERNSTEIN, 1977, p. 1).

Tais autores têm como objetivo conceituar e contextualizar um corpo sensível, livre para sentir, compreender e escolher como se organizar mediante as situações do dia-a-dia e vão contra a ideia do corpo mecânico, padronizado no qual as pessoas devem se encaixar ainda que não se sintam confortáveis. E para falar desse corpo soma, vamos iniciar as análises falando da categoria ‘Vozes que compõe a Eutonia’, para entender melhor que são os sujeitos e como percebem o seu soma.

Com isso, segundo Vishnivetz (1995) as pessoas que participam das aulas de Eutonia são chamadas de alunos e nunca de pacientes, por mais comprometedor que seja seu estado, pois o conceito aluno está mais vinculado à possibilidade de aprender, crescer e desenvolver, colocar a

pessoa no papel de paciente e coloca-la em uma situação de dependência o que vai contra os princípios da Eutonia.

Tendo as entrevistas como base, identificamos na categoria ‘Vozes que compõe a Eutonia’ que o perfil dos participantes é bastante variado e as respostas foram desde *peessoas interessadas em pesquisar o corpo, profissionais ligados a área das humanas e da saúde e pessoas com demandas de dor e desequilíbrios psicológicos*. As seguintes falas expressão isso:

“[...] pessoas que estão buscando um contato mais profundo consigo mesmo... De todas as áreas de todos os jeitos, desde que estejam disponíveis para esse mergulho, para essa busca por entender [...]” (Voluntária L);

“[...] homens e mulheres, a maioria que vem para mim, vem com demandas relacionadas à dor, a postura ao cuidado com o corpo, o cuidado com corpo para saúde e não o cuidado estético [...]” (Voluntária P);

“[...] às vezes acontece de ter as duas coisas, uma dor de corpo e por isso uma tristeza, uma depressão, um pânico [...]” (Voluntária T).

Essa informação confere que a Eutonia não tem predileções, ela visa desenvolver a personalidade e a consciência da pessoa a partir do que ela carrega, seja ela quem for e estando disposto, curioso, atento e livre de preconceitos para descobrir-se e entender a todo o momento o que o corpo fala.

A palavra Eutonia foi criada por Gerda Alexander e significa tensão em equilíbrio (do grego eu: bom, harmonioso e do latim tónus: tensão), é um estado no qual o movimento é executado com o mínimo de energia e o máximo de eficácia, não comprometendo o funcionamento orgânico, com isso todos os órgãos trabalham harmoniosamente (GUNNA, 1998). “Considerada um dos primeiros métodos de Educação Somática, a Eutonia é uma prática terapêutica e pedagógica que leva em conta as relações entre mente e corpo a partir da experiência corporal” (GANDOLFO, 2013). O principal fundamento da Eutonia é ensinar o indivíduo a viver bem e ser responsável pelo seu corpo e sua saúde.

No que diz respeito à categoria ‘Conceito e entendimento da Eutonia’, ficou claro que os conceitos afirmados estão cheio de significados e que esses significados estão relacionados ao modo de ver a vida, a prática da Eutonia e como isso está relacionado ao autocuidado e a aproximação do Eu interior. Entre as subcategorias que foram identificadas, estão presente: *Ferramenta de consciência corporal; cuidado com o corpo; experiência de vida; conexões;*

*educação somática; jeito de viver; intensidade; tudo; filosofia de vida; equilíbrio de tensões; autoconhecimento, vida e presença.* Na sequência algumas falas que complementam as subcategorias:

“[...] é uma ferramenta para consciência corporal que nos aproxima mais das nossas possibilidades corporais... E de um cuidado com o próprio corpo [...]” (Voluntária S);

“[...] Eutonia é uma experiência de vida. É uma maneira de experienciar a vida. Cada momento, né?... É uma maneira de estar diante do mundo, do outro é uma abertura ao outro. Uma conexão consigo mesma, e ao mesmo tempo com a possibilidade de ser flexível e poder se adaptar a aquilo que é vivido. Pessoalmente é isso... E é também um método de Educação Somática, eu não diria que é uma técnica mais é um método, assim que a gente pode dizer [...]” (Voluntária M);

“[...] Eutonia pra mim é um jeito de viver, ela faz com que minha vida seja mais intensa mais bem vivida... Tem a ver com todas as outras coisas que eu faço o fato d’Eu ser mãe, o fato d’Eu ser avó, o fato d’Eu ter namorado, d’Eu trabalhar, d’Eu ter mãe [...]” (Voluntária T);

“[...] Eu poderia começar dizendo para você que a Eutonia é uma filosofia de vida que inclui a ideia de que o homem é integral, corpo, mente, espírito, psiquismo, social, quer dizer, a relação com o outro, e tudo isso tá integrado na experiência humana e através da Eutonia o ser humano vai entrando em contato mais profundo com ele mesmo em todas as dimensões. A Eutonia busca a economia de esforço, quer dizer, a gente poder estar no corpo, movimentar o corpo com economia de esforço e buscando equilibrar as tensões é um trabalho de autoconhecimento, pela via corporal. É um trabalho que faz as pessoas serem mais felizes se eu não estiver sendo muito ínfimo e ingênua, mais felizes porque elas podem estar melhores com elas mesmas [...]” (Voluntária P);

“[...] é a vida... Estar presente em todos os momentos da vida, com todos os elementos que constituem um ser humano, que são todas as estruturas do corpo, esse corpo com os órgãos do sentindo, com o sentir, com o pensar, e estar presente em tudo isso e em relação a todas as atividades, com as pessoas, com o mundo [...]” (Voluntária L).

Logo, isso reafirma que a Eutonia desperta a subjetividade do ser a partir da vivência e que ela não imprime algo comum a todos, contudo permite que todos passem por um processo de crescimento pessoal e autoconhecimento trazendo diferentes significados. A Eutonia não dá modelos de movimento, ao contrário permite a todos desenvolver suas próprias expressões.

A Eutonia é uma pedagogia e uma terapia corporal que põe o indivíduo em uma situação de pesquisa relativa à sua própria individualidade. Esse é um procedimento objetivo que permite que a pessoa libere suas energias latentes, descubra e reforce sua identidade e experimente sua unidade psicossomática (GUNNA, 1999, p.17).

Em relação ao tônus, para a Eutonia é definido como: o grau de atividade de um músculo em descanso aparente. Essa função tônica tem como prioridade a regulação ativa do músculo, que condiciona a postura e prepara a musculatura para responder aos diversos estímulos da vida, por isso a importância em adquirir o maior domínio possível do tônus sendo ele responsável por todo comportamento (ALEXANDER, 1991). Segundo Dascal (2005) Temos um tônus de base, e ao longo do dia tais tensões aumentam ou diminuem, o fluxo muscular se altera mais nunca para, proporcionando ao corpo um equilíbrio geral entre as tensões coexistentes. A ação do tônus se obtém, a princípio, a partir da atenção para determinadas partes do corpo, para o seu volume, espaço interno, pele, tecidos, órgãos, esqueleto e o espaço interno dos ossos (ALEXANDER, 1991).

E isso está estreitamente ligado com a tomada de consciência, que é o mesmo que tomar contato com a realidade tanto da situação pessoal como do que o cerca, respeitando as limitações e possibilidades que essa realidade apresenta, pois ao atuar de modo consciente, prestando a atenção ao por que e o que acontece quando se move gradualmente, o indivíduo vai se tornando criador de suas ações (VISHNIVETZ, 1995).

O esforço contínuo de dirigir a atenção para o corpo não produz resultados imediatos, mas, pouco a pouco, favorecerá o estar no corpo e o aprendizado de novas formas de movimento, mais adequados à realidade da pessoa, que também será capaz de ‘atender’ a seu interior e ao mundo exterior simultaneamente, desenvolvendo uma percepção mais precisa da totalidade de seu corpo e do meio circundante em que vive (VISHNIVETZ, 1995, p.156).

A Eutonia é baseada em princípios que permitem o progresso do aluno por meio de um trabalho em grupo, mas focado no indivíduo, tornando o mesmo autônomo, podendo pesquisar livremente no seu próprio corpo segundo as possibilidades e motivações do mesmo (HÉRCULES, 2000, *apud* DASCAL, 2005, p. 31). Um dos objetivos é contribuir para que cada indivíduo identifique seu soma, ampliando a consciência que cada um tem dentro de si (DASCAL, 2005).

Mesmo estando com o coletivo, o primeiro momento é individual, uma pesquisa sobre o próprio corpo. Bolas de tênis, bambus, almofadas etc. são alguns dos materiais utilizados com a

intenção de estreitar o ambiente externo com o interno, ampliando a percepção a partir das relações, com a força, o peso, textura, temperatura e o estar presente, além disso, ao compartilhar o espaço os participantes acabam sendo muitas vezes contemplados e enriquecidos com as falas vizinhas sem perder sua autonomia (DASCAL, 2005). Os exercícios, incomuns, despertam uma ampla gama de emoções, pensamentos e sentimentos e quando executados, adquire-se um novo estado de consciência e/ou atenção para os acontecimentos internos e externos ao corpo (VISHNIVETZ, 1995).

Além disso, na categoria ‘Formação profissional e em Eutonia’ aponta que 4 das 5 Eutonistas vieram da dança, seguiram por caminhos alternativos, como, Jornalismo, Educação Física, Psicologia etc... E se encontraram na Eutonia. A seguir a formação de cada entrevistada segundo suas falas:

“[...] bom, eu era bailarina, dançava no início, bem no início da adolescência eu fui bailarina clássica mesmo, depois eu passei pra dança contemporânea e ao mesmo tempo eu estudava comunicação e jornalismo eu trabalhava em uma revista chamada dançar... Eu fiz as sessões (Eutonia), fiquei apaixonada e logo na primeira sessão eu percebi que o que faltava nesse recheio pra mim na Dança, eu ia encontrar na Eutonia e fui fazer a formação da Berta [...]” (Voluntária L);

“[...] Eu venho da dança, dança expressiva. Eu fui aluna do Klauss Vianna, da Dona Maria Duchess e fiz uma especialização na Alemanha na escola da Pinna Baush... Aqui no Brasil Eu era de um grupo de dança que se chamava Panapaná, que era um grupo que mesclava Eutonia e Laban que era o trabalho de uma argentina... E ai soube que ia ter a formação aqui, voltei pro Brasil e fiz a primeira turma de Eutonia... Eu estudei psicologia e fiz formação em psicanálise... E hoje eu faço um trabalho bem nessa área da integração físico-psique ou psicossomática. [...]” (Voluntária M);

**“[...] então você era formada em Serviço Social, e já fazia alguns cursos complementares de massagem? (entrevistador) -** Fazia, trabalha já com o corpo, mas baseado na minha experiência e não com formação... E ai quando eu decidi que eu queria ir para área do corpo, eu fui fazer curso de massagem... Eu sentia muita falta do conhecimento, vamos dizer oficial sobre o corpo né? Anatomia, Fisiologia e tal. ia prestar pra Fisioterapia, mas eu descobri que a Educação Física da USP tinha separado do esporte... Quando eu descobri isso prestei pra Educação Física porque eu queria uma área do corpo mais ligada à saúde mesmo e então nesse momento eu fui fazer Educação Física para me prepara pra fazer a formação em Eutonia... Chamava Escola Brasileira de

Eutonia, elas deram a formação para minha turma, eu comecei em 1998 até 2011 [...]” (Voluntária P);

“[...] então minha formação primeiro foi em dança né? Trabalhei bastante o corpo em dança, primeiro com o Ballet clássico, depois Ballet moderno, expressão corporal com Klauss Vianna, dancei em alguns grupos... depois eu fui pra área de Jornalismo Científico escrevi sobre dança, fiz uma especialização, primeiro eu escrevi sobre dança, sobre educação e saúde, principalmente, aí eu fui pra área de educação escrevendo uns livros sobre educação, tudo um trabalho mais jornalístico... E aí que eu fui para área de Artes Plásticas, porque esse ateliê tem também essa pesquisa que eu fiz nessa época com tintas naturais, então comecei a fazer uma pesquisa de tirar tinta de casca de árvore, de raízes... Aí eu fui fazer o curso de formação profissional em Eutonia me formei em 2007... E comecei a usar Eutonia junto com a formação para os Educadores de escola e me especializei mais ultimamente na educação de 0 a 3 anos, fiz esse caminho assim. [...]” (Voluntária S);

“[...] e terminei em 1980 a Educação Física na USP... E aí, eu fui ser aluna do Klauss Vianna, que tinha se tratado do coração, ele era um bailarino e tinha se tratado com a Gerda e aí que eu comecei... E quando foi em 1991 eu comecei a Eutonia, terminei em 1994 a formação... Porque a escola que eu fiz, ela foi inteirinha dada pelos europeus não tinha brasileiros... E aí, então depois disso quando foi 2003 eu fui fazer uma formação em Medicina comportamental na UNIFESP daqui de São Paulo... Em 2009 e 2010 eu fiz a formação em ‘Integração crânio-sacral’ e em 2011 eu fiz a pós-graduação em crânio-sacral... E agora esse ano eu estou refazendo o curso inteiro (Eutonia), fazendo como reciclante. [...]” (Voluntária T).

Entre tantas áreas podemos identificar e correlaciona-las como ferramentas de descoberta, de prazer, de superação e de aproximação com o corpo, sendo esse corpo questionador disposto a buscar respostas. Enfim, tantas áreas de conhecimento e muitas contribuições pra vida que acabaram por se complementar na Eutonia.

Em relação à categoria ‘Linguagens’, questionamos sobre a possível articulação de outras abordagens na prática, uma vez que muitas das formações estão relacionadas ao corpo, com isso obtivemos as seguintes subcategorias e os significados nas falas:

*Psicologia* “[...] a Eutonia traz, ela tem espaço para que você traga sua bagagem, para que cada um faça um trabalho autoral não existe uma técnica que é aprendida e aplicada, a construção da Eutonia é feita pelo Eutonista, ele usa os princípios da Eutonia e cada Eutonista vai

introjetar esses princípios e vai criar sua maneira de trabalhar, e aí todo repertório vai estar junto, se você é educador, se você é bailarino, se você é psicólogo, se você é fonoaudiólogo, se você é ator. Então, essa coisa da Eutonia pura, ela é pura porque faz parte da Eutonia o indivíduo trazer sua história, trazer e seguir construindo uma história. Você vê que no meu caso, eu trouxe a dança e segui pela psicologia como a Eutonia consegui ser um campo onde essas coisas cabem. [...]” (Voluntária M);

*Emmi Pikler* “[...] Eu acabei de escrever um livro, que vai sair ano que vem, mas que tem um capítulo sobre a Eutonia, ligado mais a Emmi Pikler, você sabe quem foi Emmi Pikler?... Emmi Pikler ela se especializou nas crianças de 0 a 3 anos, mas ela já usou Eutonia isso lá em 1950, ela conheceu a Gerda Alexander através de uma cunhada dela que tinha um problema sério de pulmão e que foi fazer a Eutonia e melhorou muito da questão pulmonar. Porque na época da Gerda a Eutonia também começou a agir na área da saúde né? Porque as pessoas assim, não andavam direito, tinham problemas até de não conseguir mais andar, faziam aula de Eutonia começavam a sentir o peso e tal e começava a andar de novo, assim coisas bem fortes aconteceram! E aconteceu também dessas questões, ela começou a trabalhar melhor o corpo e começou a respirar melhor e aí a Emmi Pikler que era uma médica húngara ela falou: Bom, vou conhecer essa Gerda Alexander né? Porque minha cunhada sarou. E uma aluna da Gerda Alexander acabou indo da Dinamarca onde ela estava com a escola pra Hungria para dar aulas, entende? Então teve um intercâmbio, porque a Emmi Pikler a gente até estuda ela na formação, essa médica ela era diretora de um abrigo no pós-guerra e ficou 60 anos como diretora desse abrigo e como diretora do abrigo, ela então observava, filmava, descrevia todas as questões psicomotoras principalmente desses bebês de 0 a 3 anos, eles moravam lá né? Porque eram abrigados, então ela teve assim uma profundidade de pesquisa muito grande. Então, eu me especializei nela [...]” (Voluntária S);

*Medicina Comportamental – Música – Dança e Movimento* “[...] É lógico, que quando um aluno vem e chora, eu tenho recursos porque eu faço terapia, porque eu fiz Medicina Comportamental e porque eu vivi a vida né? Então eu tenho recursos para acolher. Durante muito tempo eu trabalhei com músicos de orquestra, eu atendia os músicos da OSESP... E se eu não tivesse tido a formação que eu tive em música e em piano, eu não ia entender o sofrimento que tem atrás de um músico... Eu atendo muitos bailarinos também porque eu fiz trabalho de dança... E se eu trabalhei mais com movimento, eu sei orientar melhor o movimento [...]” (Voluntária T);

*Anatomia – Wilhelm Reich* “[...] o que acaba acontecendo e que cada Eutonista cria um repertório de linguagem pessoal. Então eu, por exemplo, você pode ver... Eu adoro os ossos. Eu uso



muito o meu repertório de conhecimento da Anatomia pras minhas aulas, isso é uma marca que eu posso dizer que é minha... Mas o Reich ele aprofunda no sentido de dizer que então temos que trabalhar o corpo. E eu para mim, eu tenho uma visão muito forte que o que a gente faz e como a gente tem esse entendimento de que o corpo é uno, que você não é corpo e mente, corpo e mente é uma coisa só, corpo e psiquismo é uma coisa só, corpo e espírito é uma coisa só [...]” (Voluntária P);

*Neurociência – Poesia – Dança* “[...], por exemplo, a aula de hoje que eu falei muito dessa sinestesia, eu quando for anotar vou colocar partes desse texto de um Neurocientista (Oliver Sacks) mostrando como a minha experiência tem a ver com a pesquisa de Neurociência dele... Mas, por exemplo, tem aulas que a gente escreve e saem verdadeiras poesias no final da aula, sabe? Eu peço para os alunos irem escrevendo palavras ao longo da aula e no final da aula organizar aquelas palavras e saem poesias... Meu carro chefe é a dança, a aula sempre termina em dança [...]” (Voluntária L).

A Eutonia foi construída a partir da história de vida de Gerda Alexander, trazendo suas influências, maneiras de ver o corpo, metodologias pedagógicas, etc... Para as Eutonitas não seria diferente, trazer suas histórias e formações agrega mais valor a Eutonia e traz mais possibilidades de aprendizado aos alunos.

Segundo Gunna (1999) um plano pedagógico constitui o suporte para o ensino e serve como base para a prática, porém, é indispensável adaptações visto que a vida é uma transformação constante e a nossa condição física e mental acabam sendo afetadas. Com isso os princípios da Eutonia podem ser adaptados numerosas vezes e cabe ao Eutonista fazer propostas originais e/ou até mesmo inventar novos exercícios levando em consideração o comportamento dos alunos.

Na categoria ‘Planejamento’ foram reconhecidas 5 subcategorias sendo o *Planejamento aberto* o mais usual entre 3 Eutonistas, veja nos seguintes exemplos:

“[...] É um planejamento aberto, normalmente eu escolho um tema às vezes uma aula encadeia na outra, e às vezes, não! Às vezes, eu planejo algo que eu esteja vivendo esteja me interessando e às vezes eu me inspiro em um aluno que está precisando de alguma coisa. Então como regra na minha ação profissional, eu sempre chego e pergunto como vocês estão? [...]” (Voluntária P);

“[...] Você planeja aonde você vai (o profissional), Então eu vou nessa aula visitar o espaço entre a tíbia e o talus, agora o que vai acontecer com o aluno quando ele vai lá... Ufa! Ai não

dá, aí é que começa... Você tem a pedagogia onde você tem um objetivo de saber da sua aula, aonde vai e a reação que vem do aluno e todo resultado terapêutico que vai acontecer quando ele chegar lá [...]” (Voluntária T);

“[...] só que a aula de Eutonia (vou falar aqui mais perto) ela tem uma coisa muito interessante, que é o que dá tesão na gente de dar aula, porque ela tem uma abertura para você criar durante a aula e essas são as boas aulas, aquelas aulas em que você planejou e durante a aula no contato com as pessoas, observando o que está acontecendo com cada um do grupo, começam a despencar uma cachoeira de ideias...coisas, ideias de estímulos e projetos de aula que você nunca teve com outro professor, que você nunca fez e que acontecem naquele momento [...]” (Voluntária L).

Os demais posicionamentos são baseados a partir dos *processos individuais e não há planejamento* prévio, por exemplo:

“[...] então o que eu faço e que eu sei mais ou menos os processos individuais de cada um e quando é no grupo eu vou trabalhando coisas que favorecem mais a um mais a outro e todos se beneficiam... Eu pergunto sempre se a pessoa tem alguma coisa que ela sinta que ela precisa trabalhar antes de começar, porque às vezes a pessoa está com uma necessidade de trabalhar alguma parte do corpo e eu planejei uma coisa completamente diferente, então Eu na verdade, como já sou Eutonista há muito tempo, mais de vinte anos, eu não planejo nada não [...]” (Voluntária M);

*Estruturação por tema* “[...] Eu não só estruturo como eu às vezes trabalho um tema durante dois meses, eu pego um tempo, por exemplo, um osso, um espaço interno do corpo, ou um tema, por exemplo, como a pele ou um tema da motricidade e eu vou desenvolvendo o tema durante dois meses [...]” (Voluntária L);

Por fim a *teoria e a prática* que é mais voltada para o curso de extensão universitária, ministrado pela Voluntária S: “[...] Atualmente eu estou fazendo uma mistura das duas coisas, eu faço uma parte bem teórica, nesse curso de extensão universitária [...]” (Voluntária S).

Assim, tomada como pedagogia e terapêutica, as aulas de Eutonia geralmente se estruturam em sessões com turmas pequenas e heterogêneas, de diferentes idades, sexo e experiência na prática.

Todo esse processo é guiado e supervisionado pelo Eutonista profissional que, durante sua formação, se capacita para acompanhar a pessoa em seu processo de autoconhecimento, sem interferir nem influenciá-la com suas expectativas pessoais. Esse é o fundamento da pedagogia da Eutonia. O Eutonista transmite, com sua atitude cálida, mas não invasiva, tanto a possibilidade de se observar com precisão quanto observar os alunos, sem julgar, aceitando (“Assim sou ou és”, “Assim estou ou estás”, nesse momento). O profissional facilita a possibilidade de mudança; talvez amanhã esteja diferente, o que é verdade, pois nunca voltamos a estar do mesmo modo duas vezes. O corpo está em constante transformação, que só se detém com a morte (VISHNIVETZ, 1995, p.12).

Em relação à categoria ‘Papel pedagógico e terapêutico da Eutonia’ conseguimos identificar 5 subcategorias, entre elas 2 entrevistadas afirmam *não ter divisão*:

“[...] Eles estão o tempo inteiro se relacionado, né? O trabalho pedagógico e o terapêutico porque a terapia se dá através da pessoa se autoconhecer e aprender sobre si mesmo a partir de si mesmo e aprender como ela tem que lidar consigo mesmo para poder evoluir... [...]” (Voluntária L) e “[...] Pra mim não tem divisão, a Eutonia é uma pedagogia porque ela é um trabalho de desenvolvimento e é uma possibilidade da pessoa aprender a respeito de si mesmo, então a ideia é que ela não pergunte para outra pessoa como ela está ela não precisa ir ao médico para saber como estar, ela sabe mais dela do que outras pessoas. Então, é um processo de aprendizagem de si. Então, é uma pedagogia e esse processo de aprender sobre si mesmo é muito terapêutico [...]” (Voluntária T).

Outras 2 afirmam que *o trabalho em grupo tem um viés mais pedagógico e o individual mais terapêutico*, embora ainda caminhem juntos: “[...] porque nas aulas em grupo a gente trabalha com a condução verbal e justamente a pessoa vai aprendendo a se tornar autônomo na Eutonia, basicamente esse é o fio... No trabalho individual, aí eu acho que o viés terapêutico vai se tornando mais presente, porque embora às vezes eu trabalhe com condução verbal, nas sessões individuais, a gente trabalha muito com o toque, né? Então é uma sessão mais silenciosa onde a comunicação é feita pelo toque... E aí, no meu caso como eu sou psicóloga, eu acabo trabalhando também essa parte mais terapêutica de modo geral. Mas eu acho que quem é só Eutonista trabalha o processo terapêutico pela Eutonia. [...]” (Voluntária M) e “[...] Na verdade eu entendo a Eutonia como prática terapêutica e pedagogia em todas as situações eu sinto que o trabalho em grupo como a gente não toca na pessoa diretamente, não faz o trabalho de toque, ele facilita o trabalho pedagógico que é o trabalho de fazer com que a pessoa aprenda a se cuidar pela característica do trabalho e isso não quer dizer que o trabalho em grupo também não seja terapêutico, no sentido de que a pessoa vai se autoconhecendo, ela vai se observando, entende?...O trabalho individual ele propicia um contato

mais íntimo entre o Eutonista e o aluno e essa intimidade que se cria no trabalho individual ela é um campo, um solo fértil para o trabalho terapêutico, em que a pessoa pode trazer essa intimidade na presença do campo do ‘Set’ terapêutico, vamos dizer assim. [...]” (Voluntária P).

E para 1 delas a *prioridade no papel pedagógico*: “[...] Eu só digo que pode ser usado de forma terapêutica, mas eu só trabalho em grupo com a parte mais pedagógica [...]” (Voluntária S).

Em síntese, Merleau-Ponty (1999) considera a experiência corporal o ponto de partida para uma experiência perceptiva, e o corpo ou o corpo-objeto é o caminho pelo qual poderemos compreender o mundo, em outros termos: olhar um objeto é vir habitá-lo e dali apreender todas as coisas segundo a face que elas voltam para eles. Segundo Vishnivetz, (1995) “Por meio da Eutonia é possível vivenciar uma amplíssima extensão de matrizes na percepção do espaço interno da pessoa, como a tridimensionalidade do corpo, seu volume, a orientação dos ossos, a consciência da superfície da pele, a expansão dos órgãos internos”.

Como o pintor prepara a tela e o escultor, o barro, devemos preparar o corpo antes de usá-lo, antes de esperar dele “resultados satisfatórios”. É o estado do corpo que, *a priori*, determina a riqueza das experiências vividas. O corpo lúcido toma iniciativas, não se contenta mais com receber, aguentar, ‘engolir’. Ao tomar consciência do corpo, damos-lhe a ocasião de comandar a vida (BERTHERAT; BERNSTEIN, 1977, p. 107).

Portanto toda experiência vivida é individual e exclusiva do sujeito, quando compreendemos o corpo como soma, nos abrimos a novas oportunidades e consequentemente ficamos mais receptivos a aceitar o nosso verdadeiro eu e essa busca é realizada a partir do autoconhecimento e da sensibilidade em se permitir.

## Capítulo III

### **Avaliação em Eutonia: pontos e contrapontos para pensar a avaliação em Educação Física**



Imagem 9

No que se refere à categoria ‘Avaliação’, consideramos uma análise geral das falas, entretanto enfatizamos a respostas das voluntárias que são formadas em Educação Física. Assim, sobre avaliação foi identificado na análise da voluntária P que a forma empírica é a mais usual e que inventário é uma boa ferramenta avaliativa, utilizada para que o aluno consiga comparar o antes e o depois, a seguinte fala revela isso:

“[...] normalmente o que tem é o que aconteceu nessa aula e a pessoa vai vendo o processo, às vezes a gente retoma o jeito que ela estava, mas é muito no modo empírico mesmo. Esse modo descritivo que descreve o que está acontecendo... E durante a aula de Eutonia a gente vai atualizando isso, por exemplo, a agente começa a aula com o inventário a pessoa deita... O inventário é uma boa forma de avaliação, porque a gente durante uma mesma aula, a gente volta várias vezes pro inventário do início da aula. Então a pessoa tem a oportunidade de perceber como ela estava e como ela está e como ela está de novo e como ela termina a aula. Então ela consegue avaliar a partir da própria percepção [...]”.

E a voluntária T afirma usar a forma empírica, pois a avaliação é feita à partir da pessoa a fim de aprimorar o seu autoconhecimento, a seguinte fala expressa isso:

“[...] Eu uso mais o empírico, porque a Eutonia ela é subjetiva porque a pessoa faz pra ela mesmo, por que é um trabalho de autoconhecimento. Então ela não precisa provar nada pra ninguém, não é como você numa corrida que você tem que fazer sempre uma meta maior, você tem que chegar mais perto de si mesmo, então a avaliação é pessoal [...]”.

Diante do exposto, podemos apontar que a forma empírica foi à forma avaliativa escolhida, embora, ela não tem um modelo, não seja aplicada e padronizada é usada como ferramenta que estimula o aluno a se autoavaliar e perceber seu corpo antes e depois da aula de Eutonia. Como foi afirmado pelas Eutonistas, a verbalização é o caminho pelo qual o aluno expressa e avalia a sua condição ao mesmo tempo através da fala, a Eutonista direciona atenção do aluno a um segmento corporal ou a diferentes maneiras de sentir, tornando essa avaliação clara e verdadeira, sem cobrança ou indução.

Segundo Vishnivetz (1995) é por meio da experiência que o aluno desenvolve o ‘estado de presença’, tornando-se mais consciente da pele, ossos, musculo, articulação etc. Descobrendo seus padrões de movimento e aprendendo novas formas. A ‘avaliação empírica’ está ligada a investigação pessoal do aluno, com o como ele conseguiu trazer à consciência a tona, como conseguiu

detectar e reconhecer suas potencialidades e limitações e não existe uma meta que em dado momento, foi imposta e ele tem que alcança-la.

Em relação à avaliação não nos limitamos a uma única perspectiva, o avaliar vai para além de avaliar algo isolado e envolve outros aspectos que fazem parte do cotidiano, da estruturação de uma aula, dos valores, reconhecimento do aluno em sua totalidade, etc... Pois são esses fatores que vão contribuir positivamente ou negativamente para o seu desenvolvimento, então essa avaliação ela vem com o papel de construir com o aluno, de dar subsídios para que ele possa ser autônomo e se reconhecer. Assim, o conceito de avaliação vai além de medir ou aferir algo, ele leva em conta o sujeito e suas possibilidades.

E ao olharmos para o nosso campo de formação, nesse caso a Educação Física, visualizamos que as avaliações no processo ensino-aprendizagem na Educação Física segundo o Coletivo de autores (1992) ainda é limitado e tem um entendimento restrito, sendo pautada em critérios com fins classificatórios e seletivos. “Essa perspectiva limitada do sentido e da finalidade da avaliação pode, ainda, ser exemplificada nas consequências pedagógicas quando a referência para a avaliação é a aptidão física, e os critérios decorrem do sistema esportivo de alto rendimento” (COLETIVO DE AUTORES, 1992, p.70).

Logo, essa forma de avaliação ignora completamente a individualidade do aluno, limitando a ampliação das suas potencias e então passa a ser igualadas com uma tendência reprodutiva, tendo como finalidade a seleção. “Na perspectiva dos autores do livro, a Educação Física é compreendida como uma disciplina do currículo, cujo objeto de estudo é a expressão corporal como linguagem” (COLETIVO DE AUTORES, 1992, p.73).

Para compreender a questão da avaliação, portanto, não se pode cair no reducionismo de um universo meramente técnico de entendimento, sendo necessária a consideração de outras dimensões desse processo como, por exemplo, as suas significações, implicações e consequências pedagógicas, políticas e sociais (COLETIVO DE AUTORES, 1992, p.73).

Ao adentrarmos nessa discussão que aponta a necessidade de refletir sobre a forma como a avaliação é considerada nas instituições, destacamos como uma das possibilidades, o pensamento desenvolvido por Hoffmann (2015) com sua ‘avaliação mediadora’ que também se opõe a avaliação classificatória. Ao ser questionada sobre o que ainda é necessário para que o professor desenvolva a prática mediadora ela responde:

As transformações de avaliação são multidimensionais. Uma grande questão é que avaliar envolve valor, e valor envolve pessoa. Nós somos o que sabemos em múltiplas dimensões. Quando avaliamos uma pessoa, nos envolvemos por inteiro – o que sabemos, o que sentimos, o que conhecemos desta pessoa, a relação que nós temos com ela. E é esta relação que o professor acaba criando com seu aluno. Então, para que ele transforme essa sua prática, algumas concepções são extremamente necessárias. Em primeiro lugar, o sentimento de compromisso em relação àquela pessoa com quem está se relacionando. Avaliar é muito mais que conhecer o aluno, é reconhecê-lo como uma pessoa digna de respeito e de interesse. Em segundo lugar, o professor precisa estar preocupado com a aprendizagem desse aluno. Nesse sentido, o professor se torna um aprendiz do processo, pois se aprofunda nas estratégias de pensamento do aluno, nas formas como ele age, pensa e realiza essas atividades educativas. Só assim é que o professor pode intervir, ajudar e orientar esse aluno. É um comprometimento do professor com a sua aprendizagem - tornar-se um permanente aprendiz. Aprendiz da sua disciplina e dos próprios processos de aprendizagem. Por isso a avaliação é um terreno bastante arenoso, complexo e difícil. Eu mudo como pessoa quando passo a perceber o enorme comprometimento que tenho como educador ao avaliar um aluno (Hoffmann, 2015, p.1).

Sobre as abordagens que representam a Educação Física, nós conseguimos ver um contraste quando falamos das abordagens mais tradicionais em relação à Eutonia. Contudo, esse olhar classificatório tem buscado outros caminhos, caminhos esses que se aproximam da avaliação em Eutonia, ampliando essa vertente classificadora dando espaço para um olhar mais integral sobre o ser e seu desempenho individual, valorizando a prática corporal e a formação sensível.

A partir disso, podemos refletir e pensar sobre a atuação dos profissionais vinculados ao curso de Educação Física – modalidade saúde, que têm como objetivo a prevenção e promoção da saúde de forma integral, se combinada a esse olhar da Eutonia voltado para o autoconhecimento a intervenção do profissional de Educação Física ganha novas perspectivas, caminhando para o desenvolvimento e crescimento pessoal do aluno com a finalidade de ensiná-los a viverem e cuidarem de sua saúde a partir do corpo, agregando novos valores e desta forma abrindo portas e possibilidades tanto da maneira de enxergar o corpo e o cuidado com o mesmo.

Sendo assim tanto a Eutonia como o seu modo de avaliar podem contribuir de forma positiva para a intervenção do profissional de Educação Física possibilitando a utilização de diferentes abordagens avaliativas a fim de amparar os seus alunos nas mais variadas dimensões, fazendo um diálogo entre a formação sensível e a educação pela consciência.



## Conclusão



Imagem 10

Considerando as entrevistas realizadas e um olhar sobre a literatura, podemos compreender a Eutonia não só como uma prática corporal alternativa mais como um caminho de aprendizagem pessoal, o aluno tem a possibilidade de participar intensamente na busca pelo autoconhecimento, partindo da imagem corporal e da consciência que se adquire pela experiência.

Essa aproximação consigo pode ser muito intensa quando bem vivida, pois ao permitir-se o aluno abre um mundo de infinitas sensações. No nosso dia-a-dia ainda que seja imprescindível usar o corpo, não é habitual tirar uns minutos para perceber, escutar e até mesmo decifra-lo, dessa forma, nos distanciamos cada vez mais desse corpo consciente e presente. Contudo a busca pela subjetividade, pelo eu interior, pode trazer inúmeras melhoras desde mudança de atitudes, de movimento, pensamento e bem-estar.

A Eutonia leva a pessoa ficar mais atenta ao que faz e como faz e conseqüentemente aprende a cuidar do corpo. Independência e confiança são valores que são trabalhados e aperfeiçoados ao longo da prática e contribuem para o crescimento pessoal e integral do ser.

Através dessa reeducação e da maneira sensível e única de olhar o corpo ‘soma’ conseguimos captar informações próprias, que foram construídas a partir da nossa história, da nossa maneira de encarar a vida e da forma como recebemos esses acontecimentos e atribuímos ainda que inconscientemente tensões mal resolvidas, que podem se arrastar por toda a vida. A consciência e a autonomia são trabalhadas através da experiência, que é a apreensão imediata e direta de certas situações, e na prática da Eutonia é o principal caminho para o autoconhecimento e a base do aprendizado combinando o corpo e a mente.

Dessa forma os alunos são presenteados, pois por meio desse trabalho de observação e atenção, conseguem identificar quais são os ganhos e as melhoras que a prática da Eutonia proporciona, aceitando a sua condição sem julgamento, pois sabem que a transformação é contínua e a forma de avaliar é completa afinal ela está estreitamente vinculada com o processo e a reeducação corporal.

Diante do exposto, concluímos que a técnica avaliativa mais usual na Eutonia é a empírica. Embora não tenha padronização, é empregada a partir da abertura e possibilidades que o aluno se permite ao longo da aula. As Eutonistas são formadas em diversas áreas, em especial, as áreas das humanas e essa condição agrega valor à aula e traz mais possibilidades de aprendizado para os alunos. Elas fazem uso de um planejamento aberto que é construído a partir da demanda do grupo de alunos, e isso é mais um dos diferenciais da Eutonia, pois além de estruturar a aula em cima das demandas, logo no início já é dado ao aluno a oportunidade de se avaliar de se perceber enquanto corpo e praticar a observação. Além disso, compreendem a Eutonia como prática pedagógica e terapêutica, pois afirmam que o caminho do autoconhecimento é um aprendizado

muito terapêutico e de inúmeras possibilidades, embora o tipo de aula individual favoreça a abordagem terapêutica, por ser composta pelo toque.

A partir, do vasto conhecimento que o método traz em relação à consciência corporal o profissional de Educação física poderá ampliar o olhar tradicional classificatório da avaliação e da intervenção atribuindo valores da Eutonia tanto dos seus princípios, quanto da sua abordagem avaliativa ou até mesmo usa-la enquanto ferramenta de trabalho.

Dessa maneira existe a expectativa de que mais trabalhos sejam realizados nessa perspectiva de unir diferentes áreas do saber a fim de complementa-las e que a prática da Educação Física não fique limitada as reproduções mecanicistas que de certa forma não valida à totalidade do ser humano.

### Referências Bibliográficas

- ALEXANDER, G. **Eutonia**: um caminho para a percepção do corpo. São Paulo: Martins Fontes, 1991.
- BERTHERAT, T.; BERNSTEIN, C. **O corpo tem suas razões**: antiginástica e consciência de si. São Paulo: Martins Fontes, 1977.
- BOLSANELLO, D. P. A educação somática e os conceitos de descondicionalização gestual, autenticidade somática e tecnologia interna. **Motrivivência**, Florianópolis, v.23, n. 36, p.306-322. 2011.
- BOLSANELLO, D. P. Em pleno corpo: Educação Somática, movimento e saúde. Curitiba: Juruá, 2008.
- BRASIL, A. et al. Efeitos da ginástica holística – método ehrenfried nos transtornos de ansiedade e depressão. **Rev. Bras. Fisioter.** v. 11, n. Supl. p, 419-419,2007.
- COLDEBELLA, A. de O. C. **Práticas Corporais Alternativas**: Um caminho para a formação em Educação Física. 2002. 163f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Instituto de Biociências de Rio Claro, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2002.
- COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do ensino de educação física**. São Paulo: Cortez, 1992.
- DASCAL, M. **Eutonia “o saber do corpo”**. 2005. 78f. Dissertação (Mestrado em Artes)- Instituto de Artes da Unicamp, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2005.
- DOMENICI, E. O encontro entre dança e educação somática como uma interface de questionamento epistemológico sobre as teorias do corpo. **Pro-Posições**, Campinas, v. 21, n.2, p.69-85, 2010.
- FORTIN, S. et al. A experiência de discursos na dança e na educação somática. **Movimento**, Porto Alegre, v. 16, n.02, p. 71-91, 2010.
- GAINZA, V.H. **Conversas com Gerda Alexander**: Vida e pensamento da criadora da Eutonia. São Paulo. Summus. 1997.
- GANDOLFO, L. Eutonia: a percepção da variação do tônus através da atenção às sensações corporais. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVIII,XIII, 2013. *Anais*. Curitiba: Centro Reichiano, 2013. p. 1-12.
- GERHARDT, T. E; SILVEIRA, D. T. **Métodos de Pesquisa**. Porto Alegre. UFRGS, 2009.

GUNNA, M, B. **Eutonia e Relaxamento**. São Paulo. Summus, 1998.

GUNNA, B. M. **Pedagogia e terapia em Eutonia**: Guia de regulação psicotônica. São Paulo. Summus 1999.

HANNA, T. What is somatics? Somatics, Novato Instituto de investigação e prática somática, Novato, v.5, n.4, p.4-6, 1986. *apud* SOUZA, J. L; VIEIRA A. Concepções de corpo na educação da postura. **Educação & Realidade**, Porto Alegre, v. 31, n.1, p. 145- 162, 2006.

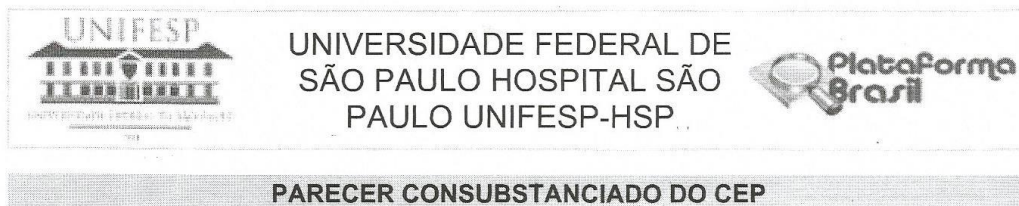
HÉRCULES, R. Eutonia – um processo de comunicação no corpo. Tese de Mestrado, 2000. *apud* DASCAL, M. **Eutonia “o saber do corpo”**. 2005. 78f. Dissertação (Mestrado em Artes)- Instituto de Artes da Unicamp, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2005.

HOFFMANN, J, M, L. Direcional Educador. Disponível em <http://www.dn.senai.br/competencia/src/contextualizacao/celia%20%20avaliacao%20Jussara%20Hoffmam.pdf>> Acesso em: 12/11/2015.

MINAYO, M. C. S. (org.). **Pesquisa social**: teoria, método e criatividade. 31. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2012.

SALOMÉ, J. S. **O sensível e o inteligível na educação**. Tuiuti: Ciência e Cultura, n. 46, p. 307-311, Curitiba, 2013. Resenha de: DUARTE JR. J, F. O sentido dos sentidos: a educação (do) sensível. Curitiba: Criar, 2001.

VISHNIVETZ, B. **Eutonia**: educação do corpo para o ser. São Paulo. Summus, 1995.

**Anexo A – Parecer do Comitê de Ética****PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP****DADOS DO PROJETO DE PESQUISA**

**Título da Pesquisa:** TEORIA E PRÁTICA DAS TÉCNICAS AVALIATIVAS DA EUTONIA

**Pesquisador:** laise tavares padilha bezerra gurgel de azevedo

**Área Temática:**

**Versão:** 2

**CAAE:** 48854415.1.0000.5505

**Instituição Proponente:** Departamento de Biociências -Baixada Santista

**Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio

**DADOS DO PARECER**

**Número do Parecer:** 1.300.593

**Apresentação do Projeto:**

Projeto CEP/UNIFESP nº 1102/2015.

A Eutonia é um método que promove autoconhecimento a partir da conscientização corporal de cada indivíduo, tendo como objetivo despertar as diferentes potencialidades do corpo. Com isso, será realizada uma revisão bibliográfica a fim de estruturar e detalhar a prática desde sua origem, conceito, objetivos, princípios e metodologias avaliativas. A partir desta revisão, faremos um estudo de campo com observação participante com o objetivo de experimentar e identificar quais técnicas avaliativas empírica ou instrumental são aplicadas na intervenção do profissional que faz uso do método da Eutonia, com o auxílio de entrevistas semi-estruturadas. O universo da pesquisa abrangerá os profissionais de Eutonia que trabalham na Baixada Santista/SP e São Paulo capital.

**Objetivo da Pesquisa:**

**Objetivo Primário:**

Diante do exposto o objetivo deste trabalho é identificar quais técnicas avaliativas são aplicadas na intervenção do profissional que faz uso do método da Eutonia, conforme os princípios abordados em nossa revisão de literatura.

**Endereço:** Rua Botucatu, 572 1º Andar Conj. 14

**Bairro:** VILA CLEMENTINO

**CEP:** 04.023-061

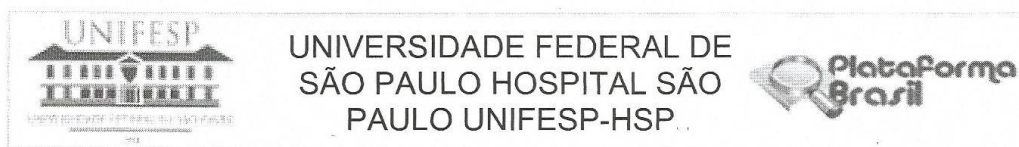
**UF:** SP

**Município:** SÃO PAULO

**Telefone:** (11)5571-1062

**Fax:** (11)5539-7162

**E-mail:** secretaria.cepunifesp@gmail.com



Continuação do Parecer: 1.300.593

**Objetivo Secundário:**

Identificar quem são os profissionais que trabalham com Eutonia em Santos e São Paulo capital; - Compreender como organizam e planejam as suas aulas - mapear que tipo de avaliação fazem uso nas aulas; - refletir sobre o papel terapêutico da eutonia.

**Avaliação dos Riscos e Benefícios:**

Em relação aos riscos e benefícios, o pesquisador declara:

- Riscos: por se tratar de entrevista reconhecemos que pode haver risco aos participantes, uma vez que os mesmos podem sofrer sobre algum tipo de constrangimento durante a entrevista.
- Benefícios: contribuir para ampliar as produções na área no que se refere ao conhecimento da Eutonia, bem como novas possibilidades avaliativas e terapêuticas para o trabalho em saúde.

**Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:**

Trata-se de Trabalho de Conclusão de Curso da aluna: AGUIESKA MACIEL RIBEIRO, aluna do Curso de Educação Física da Universidade Federal de São Paulo. Projeto vinculado ao Departamento de Ciências do Movimento Humano, Campus Santos.

**TIPO DE ESTUDO:** pesquisa qualitativa do tipo exploratório, onde buscou-se inicialmente uma familiaridade com o tema pesquisado, tentando identificar quem são as pessoas que trabalham com Eutonia, em Santos e São Paulo Capital. Será feito um estudo de campo com observação participante com o objetivo de experimentar e identificar quais técnicas avaliativas empírica ou instrumental são aplicadas na intervenção do profissional que faz uso do método da Eutonia.

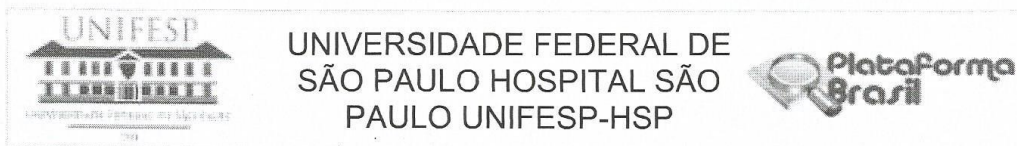
**PROCEDIMENTOS:** Para atingir os objetivos desta pesquisa, pretendemos fechar parcerias com os espaços que trabalham com Eutonia em algumas cidades da Baixada Santista e São Paulo capital. O estudo será submetido ao Comitê de Ética da UNIFESP e respeitarão as normas estabelecidas.

- Voluntários e critérios de inclusão e exclusão: 1 - Para o primeiro momento da pesquisa, os voluntários serão compostos por profissionais adeptos ao método da Eutonia da Baixada Santista e São Paulo capital, ambos os sexos, diferentes idades e formação, que estejam cadastrados na associação Brasileira de Eutonia e tenham realizado o curso de formação em Eutonista. Nessa primeira fase da pesquisa consideraremos com critério de inclusão também, ter acima de três anos de prática nessa área. Para esse primeiro momento não consideramos critérios de exclusão. Nessa primeira etapa será realizada uma entrevista, buscando mapear que são os profissionais Eutonistas em Santos e São Paulo capital e quais deles fazem uso da avaliação.

2 - A segunda fase da pesquisa (fase participante), serão voluntários, aqueles profissionais que

**Endereço:** Rua Botucatu, 572 1º Andar Conj. 14  
**Bairro:** VILA CLEMENTINO **CEP:** 04.023-061  
**UF:** SP **Município:** SAO PAULO  
**Telefone:** (11)5571-1062 **Fax:** (11)5539-7162 **E-mail:** secretaria.cepunifesp@gmail.com





Continuação do Parecer: 1.300.593

participaram da primeira fase, e nessa ocasião acompanharemos 2 aulas dos profissionais que são formados em Educação Física, e que trabalham com avaliação. Como critério de inclusão: ser formado em Educação Física, e como critério de exclusão: não trabalhar com avaliação.

Instrumentos de coleta de dados: Para atingir os objetivos desta pesquisa, será utilizada uma entrevista semi-estruturada na primeira fase da pesquisa com os profissionais, deixando o entrevistado livre para discorrer sobre o tema, a partir de um roteiro pré-concebido. Na segunda fase da pesquisa faremos uso de um diário de campo de observação e participação das aulas.

**Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:**

Foram apresentados os principais documentos: folha de rosto; projeto completo; TCLE

- outros documentos: o roteiro de análise de campo está anexado no final do projeto detalhado.

**Recomendações:**

Nada consta

**Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:**

Trata-se de respostas de pendências apontadas no parecer consubstanciado CEP nº 1.232.236 de 17/set/2015, quanto aos seguintes questionamentos:

1 - Foi informado que pretende-se fechar parcerias com os espaços que trabalham com Eutonia em algumas cidades da Baixada Santista e São Paulo capital. Quais são estes espaços? Será necessário enviar carta de ciência/autorização dos responsáveis por estes locais, a respeito da pesquisa.

resposta do pesquisador: Após a identificação dos profissionais cadastrados na Associação Brasileira de Eutonia será realizado um contato por e-mail, telefone a fim de saber se tem interesse de participar da pesquisa.

CEP-UNIFESP: Apresentada autorização local . PENDÊNCIA ATENDIDA

2 - Em relação ao TCLE:

a) cuidado com a estrutura do texto: o texto todo está escrito na segunda pessoa (ou seja, o pesquisador dirigindo-se ao participante: Ex.: "Esclarecemos que sua participação no estudo é voluntária". Já as duas últimas frases do parágrafo 3, estão na primeira pessoa (o participante declarando estar de acordo). Ex:....."declaro que fui devidamente esclarecido(a)". Em seguida, parágrafo 4, o texto volta a estar na segunda pessoa. Isto deixa o texto confuso. Favor separar

Endereço: Rua Botucatu, 572 1º Andar Conj. 14

Bairro: VILA CLEMENTINO

CEP: 04.023-061

UF: SP

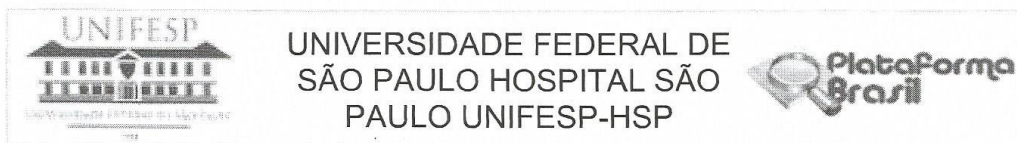
Município: SÃO PAULO

Telefone: (11)5571-1062

Fax: (11)5539-7162

E-mail: secretaria.cepunifesp@gmail.com





Continuação do Parecer: 1.300.593

(por exemplo, com um subtítulo) o que é declaração do participante, do que é informações dadas pelo pesquisador;

b) - devem ser inseridos os dados (telefone e endereço) do CEP/UNIFESP, com a indicação de que o mesmo pode ser procurado caso haja dúvida quanto à ética do estudo (exemplo: Se você tiver alguma consideração ou dúvida sobre a ética da pesquisa, entre em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Unifesp - Rua Botucatu, 572 - 1º andar, cj 14, 5571-1062, FAX: 5539-7162 - E-mail: cepunifesp@unifesp.br).

Resposta do pesquisador: Novo TCLE apresentado.

CEP-UNIFESP: PENDÊNCIA ATENDIDA

**Considerações Finais a critério do CEP:**

O CEP informa que a partir desta data de aprovação, é necessário o envio de relatórios semestrais (no caso de estudos pertencentes à área temática especial) e anuais (em todas as outras situações). É também obrigatória, a apresentação do relatório final, quando do término do estudo.

- O parecer do relator foi acatado pelo colegiado.

**Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:**

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_564981.pdf	20/10/2015 13:49:30		Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	tccaguiaska2.pdf	20/10/2015 13:47:36	laise tavares padilha bezerra gurgel de azevedo	Aceito
Outros	CARTAresposta2.doc	20/10/2015 13:45:12	laise tavares padilha bezerra gurgel de azevedo	Aceito
Outros	CARTAresposta.doc	21/09/2015 16:00:04	laise tavares padilha bezerra gurgel de azevedo	Aceito
Outros	CARTAanuencia.pdf	21/09/2015 15:59:34	laise tavares padilha bezerra gurgel de azevedo	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	Tcle.pdf	21/09/2015 15:58:26	laise tavares padilha bezerra gurgel de azevedo	Aceito
Folha de Rosto	laisecepaguiaska.pdf	31/08/2015 14:46:58	laise tavares padilha bezerra	Aceito

Endereço: Rua Botucatu, 572 1º Andar Conj. 14

Bairro: VILA CLEMENTINO

CEP: 04.023-061

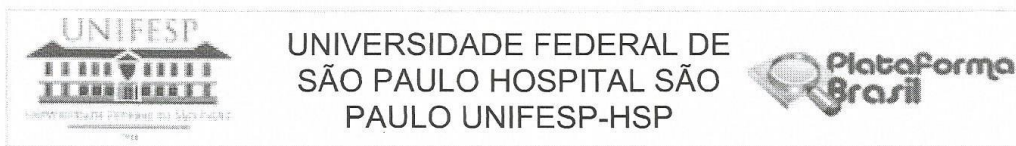
UF: SP

Município: SÃO PAULO

Telefone: (11)5571-1062

Fax: (11)5539-7162

E-mail: secretaria.cepunifesp@gmail.com



Continuação do Parecer: 1.300.593

Folha de Rosto	laiscepaguieska.pdf	31/08/2015 14:46:58	gurgel de azevedo	Aceito
----------------	---------------------	------------------------	-------------------	--------

**Situação do Parecer:**

Aprovado

**Necessita Apreciação da CONEP:**

Não

SAO PAULO, 28 de Outubro de 2015

---

**Assinado por:**  
**Miguel Roberto Jorge**  
**(Coordenador)**

**Endereço:** Rua Botucatu, 572 1º Andar Conj. 14  
**Bairro:** VILA CLEMENTINO **CEP:** 04.023-061  
**UF:** SP **Município:** SAO PAULO  
**Telefone:** (11)5571-1062 **Fax:** (11)5539-7162 **E-mail:** secretaria.cepunifesp@gmail.com

**Apêndice A - Roteiro para entrevista semi-estruturada.**

- ✓ Conceito de Eutonia;
- ✓ O papel pedagógico e terapêutico da Eutonia;
- ✓ Avaliação;
- ✓ Planejamento em Eutonia;
- ✓ História pessoal/profissional na Eutonia;
- ✓ Perfil dos participantes de Eutonia;
- ✓ Uso de articulação de linguagem.

## Apêndice B – Entrevista voluntária L.

**Então é... Como você faz, você usa algum método, alguma técnica na verdade?**

Então você quer saber qual seria o método que leva a pessoa a sentir? – **Isso, e como o Eutonista conduz isso, ele tem um planejamento em cima dessa avaliação?** Então, tem um planejamento é assim... Você percebeu na aula que a gente trabalha com registros de percepção. Então, desde o momento que o aluno chega a gente começa com o que a gente chama de inventário. No inventário a gente tem uma série de elementos que levam a pessoa a prestar a atenção em estruturas do corpo como, por exemplo, o que a pessoa sente na pele, o que ela sente no peso do corpo, como ela sente a respiração, como ela observa os pensamentos, mas pra frente é como os pensamentos e sentimentos influenciam no estado do corpo e o inventário cada vez fica mais sofisticado, né? E o inventário é o primeiro registro que leva a pessoa a se voltar para si mesmo e observar que ela sente alguma coisa né. O que ancora essa observação de sentir são as sensações do corpo é prestar atenção nas sensações do corpo, porque a gente sente através das sensações do corpo né? Então, a gente presta atenção nas sensações do corpo, que levam a pessoa a perceber que ela sente no corpo. Essa base das sensações do corpo vai levar a pessoa a perceber que ela também tem emoções que ela tem sentimentos que ela tem pensamentos e que tudo isso é uma trama, tá tudo junto e que mais para frente tudo isso se organiza no que a gente chama de tônus que é a tonicidade do corpo, alguns percebem, por exemplo, uma coisa bem simples... Eu to com raiva, eu contraio o meu pescoço e minha garganta, eu tô deprimido todo meu corpo fica pesado e eu fico sem energia né? Tudo isso são elementos do tônus né? Que constituem o tônus. Então, a pessoa vai aprendendo através da observação do tônus, vai apreendendo a decodificar os seus próprios sentidos, seus próprios sentimentos. Então, parece algo empírico, mas se você fizer uma tabela, por exemplo, e você pergunta pras pessoas o que elas sentem nas pernas delas e depois faz um toque na perna, toca a perna sentindo e o Eutonista vai conduzindo esse toque, conduzindo a ação da pessoa pra ela tentar perceber o que ela sente. Depois do toque você pergunta pra a pessoa: E agora, o que é que você está sentindo? A pessoa vai perceber, por exemplo, que o toque modifica o que ela sente na perna. Então, não é tão empírico porque se você tiver várias pessoas respondendo essa questão como na aula, você vai tirar várias conclusões daquilo. O que a Eutonia... Ela não tem uma objetividade, porque ela vê o corpo como um sistema aberto, então uma tabela, por exemplo, de comparação da perna antes de tocar e a perna depois de tocar, talvez nem todos falem a mesma coisa por que um disse que a perna ficou mais pesada e o outro disse que ficou mais leve um disse que ficou mais comprida e o outro diz que ficou mais volumosa então, talvez a conclusão dessas perguntas, não possa ser tão fechada como, por exemplo, dez pessoas que tocaram a perna sentiram a perna pesada, talvez seja mais no sentindo assim...uma questão mais aberta...todas as pessoas que tocaram

a perna sentiram que a perna se modificou. O que se modificou é muito da individualidade de cada um e o que leva a sentir, o que leva a pessoa a perceber, porque todo mundo sente, o que leva a pessoa a perceber o que ela sente, são esses vários registros, você orienta a pessoa a observar, a prestar atenção a perceber, dá um estímulo para de novo, observa, presta atenção e percebe, dá outro estímulo, observa, presta atenção e percebe de estímulo em estímulo ela vai tendo vários registros de percepção e que isso é levado depois pra vida. A pessoa passa a prestar atenção e sentir a vida como algo que não é fixo, o corpo como algo que não é fixo também, e o corpo como um organismo vivo que tá o tempo todo se transformando com os vários estímulos internos e externos.

**– E aí agora acho que dá pra gente caminhar um pouquinho...pra você contar da sua história, como que começou sua formação, como que a Eutonia surgiu?** Bom, Eu era bailarina, dançava no início bem no início da adolescência eu fui bailarina clássica mesmo, depois eu passei pra Dança contemporânea e eu sempre quando eu dançava eu tinha uma questão que era meio confusa, porque eu era muito jovem, eu achava que na Dança que eu fazia faltava algo, eu sentia um vazio na Dança. E aí, por um problema mesmo físico de coluna, eu tinha uma vertebra que deslizava eu fiz várias sessões de fisioterapia e tal e continuava a dor... E me disseram para ir ‘numa’ Eutonista e ao mesmo tempo eu estudava comunicação e jornalismo e... Eu trabalhava em uma revista chamada Dançar e eles me pediram pra escrever sobre Eutonia e ao mesmo tempo, foi sincrônico, e aí eu fui pesquisar Eutonia e nessa pesquisa uma das pessoas que me deu entrevista disse que a Berta Vishnivetz estava vindo para o Brasil dar um curso de formação. Eu fiz as sessões, fiquei apaixonada e logo na primeira sessão eu percebi que o que faltava nesse recheio pra mim na Dança eu ia encontrar na Eutonia e fui fazer a formação da Berta, o primeiro espetáculo de Dança que eu fiz logo depois da Eutonia se você ler no livro que a M. B. organizou, você leia o meu capítulo chama diálogo tônico é sobre um trabalho que Eu fiz com a M. logo depois que nos formamos, que era uma coreografia muito simples quase não tinha movimento, diferente das coreografias super elaboradas que eu fazia anteriormente e não só, eu me emocionada muito quando eu fazia como as pessoas que viam, foi então que foi a primeira vez na minha vida que quando eu fazia aqueles gestos que eram uma mistura da Dança com a Eutonia, eu ao mesmo tempo em que eu dançava, ensaiava todos os elementos da minha vida aconteciam ali naquela dança e eu sentia que a Dança me curava mais qual é a diferença? Eu era a mesma pessoa e a Dança era a mesma que eu sempre tinha feito? A diferença é que eu incluí a minha pessoa, ali naquela forma de dançar. Nessa época muitas coisas estavam acontecendo na minha vida, coisas bem difíceis, era um momento de muito sofrimento e eu sentia que cada vez que eu dançava eu curava um pouquinho do meu sofrimento e aí eu me apaixonei por esse jeito de trabalhar e eu passei a dar aula dessa maneira também, sabe? Incluindo na aula todos esses outros elementos e...bom e foi assim! Ah! E vinte anos que a minha vida é dar aula de Eutonia, fazer Eutonia, dar atendimento individual de Eutonia e eu me

desenvolvo muito com o próprio trabalho. – **Eutonia, traz essa liberdade, você conseguiu colocar a sua história dentro da Eutonia, e aí entra a questão da percepção né? Que é individual.** – Isso, exatamente e você cria sua própria Eutonia, se você fizer aula com mil Eutonistas, todas as aulas serão diferentes porque a pessoa cria a partir de si aquele trabalho ali. - **Você tem algum planejamento quando você vai dar sua aula, como é a estrutura da aula?** – Tenho... Eu estruturo, eu não só estruturo como eu trabalho às vezes um tema durante dois meses, eu pego um tema, por exemplo, um osso, um espaço interno do corpo, ou um tema, por exemplo, como a pele ou um tema da motricidade e eu vou desenvolvendo o tema durante dois meses. Eu faço toda a programação e... Só que a aula de Eutonia, (vou falar aqui mais perto), ela tem uma coisa muito interessante, que é o que dá tesão na gente de dar aula, porque ela tem uma abertura para você criar durante a aula e essas são as boas aulas, aquelas aulas em que você planejou e durante a aula no contato com as pessoas observando o que está acontecendo com cada um do grupo, começam a despencar uma cachoeira de ideias, coisas, ideias de estímulos e projetos de aula que você nunca teve com outro professor, que você nunca fez e que acontecem naquele momento eu diria que uma aula de Eutonia é em si uma obra de arte, porque a pessoa se prepara e quanto mais instrumentos ela tiver, mais a criação será mais sofisticada, mas a aula de Eutonia verdadeira é quando o professor ali ele cria um trabalho que ali naquele momento pra aquelas pessoas, isso é muito legal! E depois da aula eu sempre faço um documento eu fotografo, filmo e escrevo as aulas e eu tenho milhares dessas aulas... E às vezes quando eu vou lá atrás e leio, vejo o que aconteceu com as pessoas, qual foi a fala das pessoas ao final da aula e tudo eu percebo que tem uma linha que une todas essas aulas que é o meu modo de ser, né? Quase como se eu estivesse criando também um método à partir da Eutonia e é o que a Gerda dizia: Ela queria que cada discípulo dela fosse um criador. –**Não tem um método fechado né?** – Não, é um método aberto. –**E esses diários, (vou chamar de diários), você tem algum pensamento... Ou é presente, você está fazendo e depois vê no que dá?** – Não, essas anotações, por exemplo, quando eu anoto, eu também tenho ideias! Então, eu vou mostrar pra você, com as próprias fotos eu vou fazendo um mosaico, faço desenhos, depois eu escrevo como foi a aula, depois eu escrevo o que eu tô sentindo e eu também coloco nessas anotações às vezes ideias de outros autores eu vou buscar fundamentar aquela aula, por exemplo, a aula de hoje que eu falei muito dessa sinestesia eu quando for anotar vou colocar partes desse texto de um Neurocientista (Oliver Sacks) mostrando como a minha experiência tem a ver com a pesquisa de Neurociência dele. – **Legal! Uma das próximas questões é também a interação com outras linguagens e na Eutonia isso é muito vivo... E antes d’Eu perguntar ela já foi respondida. Se você puder falar mais um pouquinho dentro da aula também... E hoje a gente viu que sim né? Você faz uso de outras linguagens.** – Então meu carro chefe é a dança, a aula sempre termina em dança. Mas, por exemplo, tem aulas que a gente escreve e saem verdadeiras poesias no final da

aula, sabe? Eu peço para os alunos irem escrevendo palavras ao longo da aula e no final da aula organizar aquelas palavras e saem poesias. Eu já dei um workshop que era sobre Eutonia e Arte e as pessoas vinham e traziam os elementos da sua arte, então, um pintava o outro fotografava o outro fazia um vídeo o outro dançava e eu ia fazendo a aula e a gente ia construindo o trabalho de cada um e nos fizemos no final um grande evento de interação de todas as artes, no final da aula e saíram trabalhos de cada um. Um pintou o outro desenho o outro fez uma poesia o outro filmou o outro fotografou e no final nós fizemos uma interação entre todos. – **Nossa, deve ter ficado muito bonito né?** – Ficou, muito bonito, esse trabalho foi feito em Viena numa galeria de arte. – **Tem algum lugar, assim para acessar?** – Não tem, foi feito em Viena e assim, esse é o problema, acabou é assim! – **Quem viu, viu!** – É. – **Dos participantes, tem um perfil de participantes?** – Pessoas que estão buscando um contato mais profundo consigo mesmo. As pessoas são de todas as idades, de todas as áreas, área corporal, da área mais dos ‘Psis’, da área mental, da saúde... Médico sabe? Dessa turma aqui, por exemplo, tem duas procuradoras da república que são advogadas de altos cargos e procuram se equilibrar nesse trabalho. Então, pessoas de todas as áreas de todos os jeitos, desde que estejam disponíveis para esse mergulho, para essa busca por entender – **conhecer né?** – Sim, se autoconhecer. – **Como que você entende o papel pedagógico e terapêutico da Eutonia? Você trabalha mais um do que outro? Eles se relacionam? E dependente do grupo?** – Eles estão o tempo inteiro se relacionado, né? O trabalho pedagógico e o terapêutico porque a terapia se dá através da pessoa se autoconhecer e aprender sobre si mesmo a partir de si mesmo e aprender como ela tem que lidar consigo mesmo para poder evoluir... Aprender sobre si mesmo, a partir de si mesmo é super terapêutico. É um dos princípios da terapia né? Aprender a si cuidar, a partir dos cuidados que você precisa, então é a partir do seu autoconhecimento e eleger quais os cuidados que você precisa focar a atenção, pra que você se desenvolva do jeito que você é, e aí é um processo terapêutico. E pra que isso aconteça, por exemplo, o professor não tem autoridade de professor, o professor entra numa relação com os alunos de orientação, de apoio, de estar do lado, para que a pessoa pesquise em si própria, que é diferente dessa posição autoritária às vezes do professor e como terapeuta também. – **O próprio método também, ele contribui para que seja dessa forma né?** – Isso. – **Porque tem outros métodos que já são fechadinhos e se você não está com o braço em uma angulação X você não alcança aquele objetivo.** – Exatamente, as palavras que a gente usa durante a aula, as frases, a maneira como você toca o aluno, o tom de voz... Tudo isso leva a pessoa a buscar em si próprio, não tem modelo o professor não mostra exercícios, o professor busca frases e falas que a pessoa vai investigar nela mesmo. Então, levantar o braço, eu pedi pra você: Levante o seu braço e cada vez a minha frase tem que acontecer com mais precisão, por exemplo, Levante seu braço a partir do empurrão do pé no chão do volume das costelas e do cotovelo que desenha no espaço e das pontas dos dedos que se projeta. Cada vez mais, vai ficando mais

sofisticado é diferente d'Eu me colocar na sua frente e mostrar um modelo e você procurar no seu corpo do jeito que é um corpo que é meu. Então você vai procurar levantar o braço com todos esses elementos, que a gente vai dando elementos, cada vez mais elementos mais do seu jeito do seu modo, no seu corpo na sua forma. O que vai de encontro com toda essa falta de individualidade dos nossos tempos. Não é só no trabalho corporal, são em todas as áreas a gente procura imagens, a gente vive em uma sociedade de imagens onde a gente copia e onde a imagem é mais importante do que o ser, e aqui a gente tenta trabalhar o corpo por uma outra via, o importante é o ser do jeito que ele é na individualidade dele, não é legal ter o corpo do professor, não é? Legal é ter o seu corpo do jeito que ele é – **Conhecer, aceitar, né?** – Isso, e, por exemplo, levantar o braço dessa maneira, ao longo do tempo, o que a gente chamaria de exercícios, são exercícios que o próprio aluno tem condições de criar, ele mesmo pra si próprio, ele não tem uma série de exercícios que foi dada, não! Ele vai criar uma série de exercícios a partir do corpo dele. E isso se expande para tudo na vida. – **Acho que pra fechar, o que é Eutonia pra você?** – É a vida! É a presença e estar presente em todos os momentos da vida, com todos os elementos que constituem um ser humano, que são todas as estruturas do corpo. Esse corpo com os órgãos do sentindo, com o sentir, com o pensar, e estar presente em tudo isso e em relação a todas as atividades, com as pessoas, com o mundo. – **Obrigada, eu fiquei muito feliz pela disponibilidade e pelas respostas.**



### Apêndice C – Entrevista voluntária M.

Então a ideia foi a seguinte... Conversando com o professor que me deu o módulo, enfim... A minha questão era como o profissional de Eutonia ele avalia o método que ele aplica. E aí, a gente chegou a duas hipóteses, dois métodos que é o método empírico que é a de auto percepção ali na hora, porque no primeiro capítulo do livro da Gerda ela descreve um exercício e aí ela fala que no final... A gente caracterizou como método né? Uma técnica... não sei avaliativa, E aí a gente título de instrumentos que é quando ela usa argila, desenho e a escrita né? Então a gente começou a pensar nessas duas vertentes. Bom nossa hipótese é: Ou os Eutonistas eles usam ou não né? É o que a gente vai descobrir o método instrumental ou a empírica, porque o professor ele usou na verdade essa na aula de, por exemplo, a gente tá fazendo alguma posição de controle, e aí você vê se alongou mais... – Isso a gente faz. – Então, essa é a pergunta – Posições de controle são... A gente chama de avaliação diagnóstica né? Mas... A gente usa bastante eu acho que no decorrer do tratamento o que você está chamando de empírico mesmo, que na verdade a gente usa a observação do aluno, desde momento que ele chega, como ele tá caminhando, como ele tá se sentando. Aí a gente observa a profundidade com a qual ele está conseguindo entrar na experiência da Eutonia e depois a gente também pergunta, sempre tem um tempo, onde ele relata o que está sentindo, e ele próprio vai relatar, quais foram os ganhos. – **Geralmente isso acontece no término da aula?** É, seja individual ou em grupo, sempre a Eutonia guarda um espaço para fala, pra fala sobre a experiência. Então a gente avalia cada experiência, cada aula ou cada sessão, mas também a gente avalia no decorrer do processo porque é a somatória né? Eu costumo dizer que às vezes os alunos me dizem assim: - Ah, eu saio daqui me sentindo ótimo, mas aí no dia seguinte volta como estava e eu (aluno) não consigo manter. E aí eles querem às vezes que a gente dê algumas dicas para que eles possam manter esse tipo de coisa e na Eutonia isso não existe né? Tirando as posições de controle não existe nada que eu possa dizer para a pessoa fazer. Quer dizer, é claro se a gente observa que a pessoa, por exemplo, não empurra os ísquios para se sentar, a gente pode pedir que ela que ao longo do dia ela preste atenção né? Que ela tá nos ísquios, por exemplo. Mas algumas pequenas coisas, se a pessoa tem o joelho hiperestendido, a gente pode mostrar a ela que ela usa uma hiperextensão do joelho e que ela precisaria dar uma folga no joelho e pedi a ela que ela cuide disso e preste atenção. Isso pode! Mas isso não é o principal né? O principal da Eutonia é a experiência da Eutonia, que é a vivência da Eutonia, que no início ela não tem como ser feita fora do espaço da Eutonia com o Eutonista conduzindo. Com o passar do tempo, a experiência vai sendo introjetada e aí pessoa vai ganhando um repertório para que ela possa trabalhar sozinha. Não é muito tempo, dependendo da pessoa depois do primeiro mês ela consegue começar a deitar, fazer inventário, observar... Então o que eu costumo dizer para os meus

alunos e que a cada aula ou sessão individual e como se o copo enchesse de um bem estar e ele (copo) baixa depois realmente, no dia seguinte porque a pessoa volta aos seus padrões mas, algo fica retido e cada vez um pouquinho mais vai ficando retido, até que chega uma hora que o tanto que tá retido é tão consistente que a pessoa percebe e muitas vezes a gente vê o progresso do aluno, antes que ele possa se dar conta, pelas questões mesmo da atualização da imagem do corpo, que às vezes demora a pessoa venha e relata um progresso que você já tinha observado. – **Legal, e você tem um planejamento de aula, como que isso acontece?** – Eu não, no início a gente tem um planejamento de aula, depois... eu não planejo aula. [...] eu trabalho com grupos pequenos né? Eu trabalho aqui! Eu esvazio essa sala e trabalho aqui. Eu trabalho com grupos de 4 pessoas ou em sessões individuais. Então o que eu faço e que eu sei mais ou menos os processos individuais de cada um e quando é no grupo eu vou trabalhando coisas que favorecem mais a um mais a outro e todos se beneficiam. Eu pergunto sempre se a pessoa tem alguma coisa que ela sinta que ela precisa trabalhar antes de começar, porque às vezes a pessoa está com uma necessidade de trabalhar alguma parte do corpo e eu planejei uma coisa completamente diferente, então eu na verdade, como já sou Eutonista há muito tempo, mais de 20 anos, eu não planejo nada não... Mas um novo Eutonista ele tem todo um método para planejar a aula. – **Então já que você falou um pouquinho... Que faz mais de 20 anos que você dá aula de Eutonia, é Eutonista... Um pouquinho assim dá sua história, da sua formação?** – Eu venho da dança, dança expressiva, eu fui aluna do Klauss Vianna, da Dona Maria Duchess e fiz uma especialização na Alemanha na escola da Pinna Baush. E lá, na Holanda...quando eu estava lá na Alemanha eu fui para a Holanda e comecei a fazer Eutonia lá. Eu já conhecia, porque aqui no Brasil eu era de um grupo de dança que se chamava Panapaná, que era um grupo que mesclava Eutonia e Laban que era o trabalho de uma argentina. Então eu já conhecia Eutonia, mas nunca tinha feito Eutonia pura. E lá, eu fiquei sabendo de um grupo e comecei a fazer a Eutonia, e aí soube que ia ter a formação aqui, voltei pro Brasil e fiz a primeira turma de Eutonia... Só que depois de formada, eu na verdade comecei a fazer um trabalho muito terapêutico e ter interesse na palavra, no que o trabalho corporal da Eutonia, suscitava em termos psíquicos em termos de palavra mesmo. E aí eu estudei psicologia e fiz formação em psicanálise. Então hoje eu sou uma Psicóloga, Psicanalista e Eutonista e eu faço um trabalho bem nessa área da integração físiopsíquica ou psicossomática. – **Uma das próximas perguntas era se havia essa interação de outras linguagens né? E é isso né geralmente o Eutonista é Raro a gente encontrar um puro, né?** – Não, é que a Eutonia não existe muito puro né? Porque quando eu estudei a Eutonia na formação, eu na Europa tinha passado por todos os métodos corporais, Rolf, Alexander Exercizi, Feldenkrais. Eu tive essas experiências, porque era o momento, final dos anos 80 começo dos anos 90 e isso estava muito vivo na Europa e o que me capturou mesmo e que a Eutonia traz, ela tem espaço para que você traga sua bagagem, para que cada um faça um trabalho autoral não existe

uma técnica que é aprendida e aplicada, a construção da Eutonia é feita pelo Eutonista, ele usa os princípios da Eutonia e cada Eutonista vai introjetar esses princípios e vai criar sua maneira de trabalhar, e aí todo repertório vai estar junto, se você é educador, se você é bailarino, se você é psicólogo, se você é fonoaudiólogo, se você é ator. Então, essa coisa da Eutonia pura, ela é pura porque faz parte da Eutonia o indivíduo trazer sua história, trazer e seguir construindo uma história. Você vê que no meu caso eu trouxe a dança e segui pela psicológica como a Eutonia consegui ser um campo onde essas coisas cabem. – **A própria Gerda né, ela criou a partir de uma história...**

– Exatamente, porque não é nada mecânico, por isso eu acho assim, pra você fazer um bom trabalho é muito importante que você conheça Eutonia no seu corpo, porque não tem muito... A gente vai falar de coisas que não tem como você acessar, se não for deitando, fazendo...tem uma maneira de conduzir a aula, tem uma maneira de usar os objetos que são próprios da Eutonia. Então você tem que fazer Eutonia para poder entender. – **É, eu conversei com a C. em Santos e é mais menos nessa linha né? Ela flou, os professores todo mundo já.. É que nesse período de começo de semestre a gente ‘tava’ organizando ainda, é que tem muito coisa que não tá concluída né, porque dependia desse contato com os profissionais saber se tinha tinha disponibilidade, pra começar a montar né? E aí assim eu vi o curso do Instituto toda terça-feira né?** – É mais aí você vem de fora né? Então, por isso que eu ti falei esse do sábado, porque esse é muito interessante, é um grupo...são três mulheres e elas são muito bacanas, uma terminou o mestrado agora na UNICAMP na dança, a outra fez um doutorado na dança e a outra vem da indústria farmacêutica uma mulher já mais idosa é muito interessante. – **É todo sábado?** – Não, não é todo sábado a gente vai ter mais 4 sábados até o final do ano, eu posso ti dar as datas, porque tem justamente uma vaga que um das meninas não vai poder vir porque ela teve um problema pessoal... Quer ver, olha: O próximo é dia 8

– **Que Eu falei que vou estar viajando** – É que é agora. – **Infelizmente** – Ai Setembro é dia 12, em Outubro é dia 3 pode ser que mude, talvez eu tenha um compromisso e tenha que mudar e tem um outro...Dia 3 e dia 24, talvez esse do dia 3 passe pra novembro. Mas, por exemplo, dia 12 de setembro tem um. – **12, aí o de outubro tá aberto?** – 24 de Outubro, tá certo. – **Ah tá, o 3 de outubro que talvez passe pra novembro** – Isso, Eu acho. – **E nesse curso é mais a prática? Como que é?** – Na verdade, tem pratica e teoria. São 4 horas a gente faz uma vivência bem profunda e a gente tem um texto que a gente vai discutindo e eu trabalho muito com a questão da integração psicossomática, então eu vou trabalhando desde o bebezinho e agora a gente tá trabalhando, começando com a imagem corporal, a gente vai fazer a experiência com a argila que você viu no livro da Gerda, tudo isso, ainda vai acontecer... E, é das 9h a 13h, e aí é uma coisa que você vem e é bem intensa né? Eu acho que é interessante né... – **É porque o de toda terça eu estava pensando como eu ia fazer, porque esse semestre está bem tranquilo pra mim. Eu só tenho TCC mesmo** – Ah, é legal também o da terça é das 8h30 às 10h30. – **Isso, e o dia da aula lá**

em Santos do TCC e na terça a tarde. Então assim daria para fazer? Daria! Só que Eu teria que ir direto para aula né? Então ele tem espaços né? Tem uma folga e aí foi o que você falou né...o tempo é um tempo bom de aprendizado e aí talvez eu possa dar continuidade no de Santos porque Santos é aos sábados também é das 11h ao 12h, é uma aula né? Eu acredito que ela não tenha pra agora um curso, um intensivo né? – É, pode ser também, também é interessante! Na verdade esse da terça-feira, não sei se vão ser 8 ou 10 encontros, que eu pus – É até outubro mais eu não lembro quais são as datas, é do dia 18 de agosto até...a data de outubro Eu não lembro, não sei se é o finalzinho – É, eu não sei nada. Mas de qualquer maneira deve ser alguma coisa entorno de 10 encontros, são 20h né? É mais longo do que se você fizer os 4 e que você não pode esse sábado né? – Eu não sei o que vou fazer, porque Eu tô com viagem marcada faz bastante tempo assim, sabe? Eu... E é sábado, bom eu vou ver o que posso fazer, mas eu não dou certeza! Mas talvez pra setembro eu possa pensar nessa possibilidade pra fazer esses de sábado e o sábado que eu não tiver aqui eu faço lá em Santos é uma possibilidade. – E porque daí vão ser só 3, é pena! Porque esse que a gente vai ter agora, a gente vai justamente... Eu vou dar um texto que eu escrevi onde eu vou dar uma compilada do que a gente estudou até agora. A gente teve já 4 encontros esse ano e a gente estudou essa coisa do bebê a gente vai entrar na imagem corporal então é um texto bem redondo a gente vai ter uma discussão que seria um bom momento pra você... – Pra entrar né? Até porque to entrando no meio – É, isso tudo bem! Mas assim eu acho que você iria ter uma compreensão... Porque é muito legal entender a questão corporal em relação à totalidade... Bom eu não sei também se você tem interesse, porque esse é meu foco. Eu não sou uma Eutonista que trabalha tanto com questões ortopédicas... Eu trabalho com pós-cirúrgico de câncer de mama, esse eu trabalho bastante, porque eu tive câncer de mama... Então eu passei a trabalhar, mas assim, eu trabalho muito com a questão da integração psicossomática né... Então esse campo de passagem mesmo, você trabalha a sensorialidade e você modifica as suas atitudes, seus pensamentos, sua forma de ver e ao mesmo tempo o oposto, você modifica às vezes uma atitude e você modifica o seu tônus. Então eu vou tentando esmiuçar o que acontece né? – É, é possível porque como esse sábado Eu já vou estar em São Paulo... – Ah você vai ficar aqui a semana toda? – Então, a ideia era ficar até quarta porque sexta Eu ia tá viajando, mas acho que dá pra remanejar alguma coisa, daí eu posso mandar um e-mail, por exemplo, eu converso e vejo o que Eu posso fazer da vida... – Ah seria o máximo! Esse grupo é bem bacana, elas são muito boas... A discussão é muito seria, sabe? Assim, elas têm ponto de vistas diferentes pelas experiências mais todo mundo é muito consistente, então eu acho que você ia gostar, ele é pequenininho tem bastante espaço pra discussão, pra fazer as perguntas. Bem bacana! – Até hoje à noite eu vejo e te mando um e-mail – É você vê, e se você for vir eu ti mando o texto pra leitura e posso até ti mandar o texto que a gente leu no encontro passado que é sobre a

experiência você já conhece esse texto? – **Não assim de nome...** – Chama sobre a experiência – **Quem é o autor?** – Chama Larrosa – **Ah, já! E não estava estranho o título, acho que já devo ter lido em algum momento na graduação** – Então, porque eu acho que tem muito a ver com essa pergunta que você traz do empírico né? – **Ah! Legal, vou retomar.** – Porque o texto dele não tem nada a ver com a Eutonia em si, mas tem tudo a ver com a Eutonia porque ele vai tentar explicar o que é a experiência e a gente discutiu bastante isso em relação à experiência da Eutonia, né? E como as discussões trazem o que a gente já conversou então é muito legal porque aí você pode ler, não é que ele (texto) seja fácil, mas é um texto gostoso, dá tempo de você ir decidindo até amanhã, até quarta... E aí eu ti mando os textos. – **Tá certo! Mas eu vou avaliar bem porque é pro TCC é importante dá uma sacrificada em algumas coisas, não só pelo TCC em si, mas pela experiência em si. Já passaram algumas aulas, mas se tem essa possibilidade e a gente tá conversando** – É, justamente é uma oportunidade, porque normalmente não tem assim, uma coisa que você venha e que seja intensiva porque isso é o legal e possa entrar assim – **É Exatamente** – No meio e tal. – **Não, mais eu vou avaliar bem e vou conversar com o pessoal e aí de hoje pra amanhã eu mando um e-mail dando a resposta.** – Tá bom! – **O perfil das suas alunas e alunos... Na verdade você falou que trabalha mais com câncer de mama né?** – Não, não... Câncer de mama é uma seara né? Que os médicos mandam. Agora os alunos de Eutonia muitos vêm da dança e tem também pessoas que vem da área de psicologia e alguns da área de educação. – **Como eu sou educação e saúde ao mesmo tempo né... A Gerda fala e outras autoras também... Mas assim no seu ponto de vista como fica o papel da pedagogia e o papel terapêutico dentro da Eutonia, como que você leva isso? Você conduz dessa maneira, ou o que está mais presente?** – Eu vejo assim, eu acho que as aulas em grupo elas têm um viés pedagógico muito forte. Por que nas aulas em grupo a gente trabalha com a condução verbal e justamente a pessoa vai aprendendo a se tornar autônomo na Eutonia, basicamente esse é o fio. No trabalho individual, aí eu acho que o viés terapêutico ele vai se tornando mais presente, porque embora às vezes eu trabalhe com condução verbal nas sessões individuais um pouco, a gente trabalha muito com o toque, né? Então é uma sessão mais silenciosa onde a comunicação é feita pelo toque. E as sensações da pessoa ao ser tocada, elas tem uma... Aí entra esse trabalho do meu estudo... Elas remetem a memórias, impressões muito primitivas, despertam imagens e sentimentos e muitas vezes a pessoa depois verbaliza essas vivências. E aí, no meu caso como eu sou psicóloga, eu acabo trabalhando também essa parte mais terapêutica de modo geral. Mas, eu acho que quem é só Eutonista trabalha o processo terapêutico pela Eutonia. Então, eu vejo mais ou menos assim. – **E pra fechar, pra você o que é Eutonia?** – Eutonia é uma experiência de vida. É uma maneira de experienciar a vida. Cada momento, né? É uma maneira de estar diante do mundo, do outro e uma abertura ao outro. Uma conexão consigo mesma, e ao mesmo tempo com a possibilidade de ser flexível e poder se adaptar a

aquilo que é vivido cada momento. Pessoalmente é isso, e é também um método de Educação Somática, Eu não diria que é uma técnica mais é um método, assim que a gente pode dizer. –

**Obrigada!**

## Apêndice D – Entrevista voluntária T.

**Então a gente começa falando um pouquinho da avaliação e depois a gente fala da formação. Então dessas duas hipóteses do meu TCC, você usa alguma, como que você faz?** Eu uso mais o empírico, porque a Eutonia ela é subjetiva porque a pessoa faz pra ela mesmo é um trabalho de autoconhecimento então ela não precisa provar nada pra ninguém, não é como você numa corrida que você sempre tem que fazer sempre uma meta maior, você tem que chegar mais perto de si mesmo, então a avaliação é pessoal porque o que vai aumentando na Eutonia é a confiança na força da gravidade, porque ela atua em todo mundo, porque quando a pessoa tá tensa, ela não deixa a gravidade atuar ela fica resistindo. Então, a pessoa normalmente quando nos procura, nos procura com alguma dor, e esse é o mais comum, a pessoa vir porque ela está com um incomodo então ela só vai avaliar a si mesmo observando se ela está melhor no dia-a-dia, se ela está conseguindo se aproximar mais de si mesmo e do desempenho melhor do seu sistema locomotor. Então, essa avaliação não é pra ninguém é pra ela mesma, ela está em trabalho. Isso serve né? – **Serve! Uma pergunta que me veio agora, essa avaliação você deixa livre, você conduz, tem um momento...vai uma semana, um mês de Eutonia, vocês conversam um pouco: Então, como é que está aquela dor? Acontece isso, como que é?** – Olha depende, se eu estou trabalhando com pessoas que vão se tornar profissionais [...] Eu preciso fazer uma avaliação formal porque elas estão no processo de aprendizado para virar terapeutas. Mas se eu estou com meus alunos que vêm aqui para se tratar num tem uma avaliação, a pessoa está recuperando a própria saúde e a saúde é uma coisa muito ampla ela não é mensurável, a saúde é o bem estar e o contato com ela mesmo. Então depende, se eu estou trabalhando para formar profissionais em Eutonia, têm avaliações, eles têm provas...o quanto eles estão conseguindo projetar o próprio osso na direção do espaço e se eles percebem essa projeção mas não tem uma avaliação, entendeu? Tem uma avaliação assim se a pessoa está conseguindo projetar, a gente ajuda ela a projetar, como é que ela está sentindo o osso, mas... É o empírico. – **Dentro da Eutonia tem o papel pedagógico e o terapêutico, né? Como que você enxerga esses dois aspectos e se você utiliza mais um na sua aula do que outro?** – Pra mim não tem divisão, a Eutonia é uma pedagogia porque ela é um trabalho de desenvolvimento e é uma possibilidade da pessoa aprender a respeito de si mesmo, então a ideia é que ela não pergunte para outra pessoa como ela está ela não precisa ir ao médico para saber como estar, ela sabe mais dela do que outras pessoas. Então, é um processo de aprendizagem de si. É uma pedagogia e esse processo de aprender sobre si mesmo é muito terapêutico... Então, as ferramentas que a gente usa para que a pessoa entre em contato consigo mesmo, elas são assim: Como é que você vai se dar conta de que você tem ossos? Uma coisa é você saber, você tem um livro que você estuda e que você sabe que você tem osso, depois é você sentir que tem osso. Então nós temos ferramentas temos

bambu, temos a bolinha, temos almofadas, tem maneiras de trabalhar pra pessoa então aprender e sentir que ela tem ossos, só que quando ela aprende e senti que ela tem ossos, ela tem todo um processo de dissoluções de tensões, às vezes ela chora porque ali tinha uma memória de uma história que fez com que ela mantivesse aquela região tensa, entende? Então, na Eutonia não tem diferença do processo pedagógico com o processo terapêutico é um desenvolvimento – **E os dois caminham juntos, né?** – Juntos, todo alicerce, assim, por exemplo, quando você faz uma programação de uma aula eu me lembro na Educação Física, você programa uma aula e quando você programa uma aula você programa com um objetivo, então o objetivo é assim, conhecer o osso da tíbia. E aí você tem estratégias para conhecer o osso da tíbia. Então, que ferramentas eu vou usar para esse aluno nessa aula, conhecer a própria tíbia? Eu vou usar o bambu, vou colocar entre a tíbia e a fíbula eu vou pegar um osso e vou mostrar esse osso de um esqueleto (que é óbvio que não é da própria pessoa), mas a pessoa vai tocar, depois ela vai descansar e levar a atenção até lá. Então, eu tenho uma estrutura para essa aula, aonde ela vai chegar, varia! Porque cada um é um e cada dia a gente está com uma disponibilidade de visitar lá por dentro o corpo. – **Bom agora que a gente falou um pouquinho de estruturação de aula, uma das perguntas era se você faz um planejamento em Eutonia né, se existe e como se dá? Você já falou um pouquinho né?** Faça... Especialmente nas aulas em grupo! Eu tenho sim, pros grupos tanto os grupos que vêm aqui para trabalhar o conhecimento do próprio corpo como os alunos da formação (formação tem uma grade) – **São três anos e meio e tem os módulos, né?** – Agora, para as pessoas que vêm aqui, têm anos inteiros que a gente se dedica aos ossos, depois anos inteiros que a gente se dedica ao espaço entre um osso e outro, vai muito do interesse dos alunos, depois tem anos inteiros que se dedica a pele. A pele, às vezes mais no verão que é mais fácil para relaxar e observar porque são trabalhos muito inquietos e seu espaço pessoal, o espaço que você ocupa nessa sala. Então, tem anos que a gente percebe assim pela necessidade dos alunos, mas aí não é uma necessidade de você formar alguém. Em geral numa aula para leigos você dá um pouco de toda a formação em todas as aulas, mas tem um foco maior né? O aluno sai daqui com a sensação dele todo, ele não sai daqui com a sensação só da tíbia. – **E aí, ao longo do processo essas coisas vão ficando mais singulares, mas específicas?** – Isso, você imagina como um especialista em tudo na vida, a pessoa começa com a ideia mais geral e ela vai entrando, entrando, ela vai entrando porque ela escolhe dentro do todo uma coisa para ela destacar, não é assim? – **Isso** – Então os especialistas, eles vão indo porque eles já tiveram uma referência do todo e eles vão indo, vão indo, porque eles têm uma área de interesse maior. Bom se você pega um médico especialista em fazer cirurgia, ele fica só lá né? Mas ele já teve a faculdade de medicina inteira. Na Eutonia em todo o encontro que você tem mesmo quando você vai especificamente para estudar o espacinho que você tem entre um osso e outro o aluno sai daqui com o corpo inteiro dele. Daqui e da formação também. Ele só vai um pouco mais fundo em um espaço,



entende? – **Então é planejado, mas também é aberto devido à necessidade do aluno, pode haver mudanças?** – Você planeja aonde você vai (o profissional), Então eu vou nessa aula visitar o espaço entre a tíbia e o talus, agora o que vai acontecer com o aluno quando ele vai lá... Ufa! Ai não dá, ai é que começa... Você tem a pedagogia, onde você tem um objetivo de saber da sua aula aonde vai, e a reação que vem do aluno e todo resultado terapêutico que vai acontecer quando ele chegar lá. Então ai não dá pra você fechar, imagina você vai fechar o cara...você só pode sentir isso. – **Vai contra a Eutonia né?** – Vai contra a Eutonia. – **Você falou um pouquinho que geralmente o público que vem em busca né? São as pessoas que sentem dor, tem incomodo então esse é o perfil geral dos seus alunos?** – É, ou eles vêm por uma dor do corpo ou eles vêm por uma dor na alma. Então, às vezes eles vêm porque estão com pânico, às vezes eles vêm em depressão e às vezes acontece de ter as duas coisas uma dor de corpo e por isso uma tristeza, uma depressão, um pânico. E muitas vezes acontecem de vir com uma dor na alma. É que tudo uma coisa só, é dessa pessoa e essa pessoa é corpo, e ela está tensa... É tudo junto! – **Fala um pouquinho da sua formação, como você conheceu a Eutonia? Agora eu sei que você é formada em Educação Física também** – Sou. Bom Eu me formei em 1980 e durante a faculdade eu fiquei doente, eu tive um problema no rim. E eu fui uma criança que gostava muito de me mover e o que aconteceu foi que quando eu cheguei na faculdade e fiquei doente eu vi que as pessoas me tratavam como se eu fosse preguiçosa e eu tive uma febre durante 6 meses porque não descobriam o que eu tinha. E ai eu comecei a reparar que aquilo não era uma faculdade que tinha uma intenção na saúde, eu percebi que aquilo era uma faculdade que tinha intenção em metas, que você tinha metas para cumprir. Então você tinha pulado um metro, você tinha que pular um metro e cinco porque se não você não tinha melhorado. E eu falei: Gente do céu onde é que eu tô amarrando o meu burro! Porque é tudo calculado, sabe? E ai eu comecei a achar aquilo tudo muito esquisito, porque eu não estava bem e ninguém reparava e eu só tinha que fazer um ‘numerinho’ a mais, sabe? Eu comecei a achar aquilo muito chato! Isso foi no meio do segundo ano, no primeiro ano Eu tinha adorado que foram as matérias teóricas: anatomia, fisiologia, bioquímica, adorava! E quando começaram as matérias mais práticas do segundo ano e foi exatamente ai que eu estava doente com o problema do rim que o pessoal não localizava o que era. Eu comecei a achar que era melhor parar com essa faculdade porque eu tinha perdido completamente a vontade de fazer aquilo, e o que aconteceu e que eu precisei ficar 6 meses depois, e que eu fui operada em junho, em agosto aliás e Eu precisei ser retirada de todas as matérias práticas durante 6 meses e algumas durante 1 ano. Então, eu antecipei as matérias teóricas já pensando se eu ia ficar ou não naquele curso, porque naquela ocasião não tinha vestibular no meio do ano e eu estava recuperando a saúde pensando na vida. Por sorte morreu lá um professor da USP e eu encontrei um professor que tinha sido meu professor no primário e ele trabalhava já na ‘Psico’ e eu estava pensando muito em ir pra ‘Psico’ e ai que começou a mudança

na minha vida, porque esse cara falou: Não, fica ai porque finalmente alguém na Educação Física percebe que o corpo tem alma, que tem psique. Na psicologia muita gente repara que a psique tem corpo, então você aqui é uma das únicas, em 1980 tava começando a sair o livro da Therese Bertherat e ai ele me apresentou e me abriu muitos caminhos. E nessa ocasião eu comecei a fazer aula com o Klauss Vianna de dança depois que eu melhorei da saúde, com o Viola... E então, Eu nunca fui uma professora de Educação Física. Eu só acabei a faculdade, porque ele falava: Por favor, fica aqui porque você é a única, e se você for pra 'psico' você vai ser mais uma e aqui você vai ser a única. E ele passou assim que eu me formei a me convidar todos os anos... Então, durante 8 anos eu fazia palestra pros formandos em Eutonia que devia ser um professor parecido com essa matéria que você tem e eu ia lá pra falar sobre Eutonia, sobre essa possibilidade porque eu comecei a descobrir a existência da Eutonia já na faculdade, só que não tinha no Brasil. E ai, eu fui ser aluna do Klauss Vianna que tinha se tratado do coração e ele era um bailarino e tinha se tratado com a Gerda e ai a minha intenção era ir para a Europa para estudar, isso ai. E ai, bom Eu engravidei não deu nada certo d'Eu ir para lá mais depois a Eutonia veio. Então o que aconteceu foi o seguinte eu fiz a formação e terminei em 1980 a Educação Física e quando foi 1991 Eu comecei a Eutonia, terminei em 1994 a formação e 1995 entreguei a monografia – **Foi na Escola de Eutonia?** – Escola de Eutonia. Escola Brasileira de Eutonia chamava. Porque a escola que eu fiz, ela foi inteirinha dada pelos europeus não tinha brasileiros. Foi a primeira, diferente da P. e da L., foi a mesma escola que fez a M. e a L., nós fomos colegas. E ai, então depois disso quando foi 2003 eu fui fazer uma formação em Medicina Comportamental na UNIFESP daqui de São Paulo e depois em 2009 e 2010 eu fiz a formação em crânio-sacral, (integração crânio-sacral) e em 2011 eu fiz a pós-graduação em crânio-sacral e agora esse ano, eu estou refazendo o curso (Eutonia) inteiro, fazendo como reciclante. – **Tem essa possibilidade né? A P. falou que a S. parece que veio ou vai vim também, como que funciona isso?** – Você faz o curso tudo de novo, porque vale a pena! Só que você não precisa entregar trabalhos, você fica mais aberto para olhar tudo de novo, porque é muito profundo esse trabalho... Então quando você tem chance de reciclar é tudo de bom! – **Legal! Dentro disso uma das perguntas também é se durante a sua aula você faz uso de outros linguagens né? Articula, então, por exemplo, você veio de uma formação de Educação Física, fez Medicina Comportamental, você traz alguma dessas vivências de lá para Eutonia também ou você deixa mais fechadinho na Eutonia mesmo, na dança também com Klauss Vianna?** – Olha... Eu trabalho com Eutonia pura. É logico, que quando um aluno vem e chora eu tenho recursos porque eu faço terapia, porque eu fiz Medicina Comportamental e porque eu vivi a vida né? Então eu tenho recursos para acolher... Por isso a gente acaba estudando outras coisas mais a minha pratica é de Eutonia. – **Essa pergunta é porque a maioria dos Eutonistas eles trazem o que viveram assim como a Gerda, quando ela...foi a partir da experiência de vida dela** – Só

pra você ter ideia, eu estudei piano quando era menina, eu sou formada em piano! Eu não toco porque eu não tenho tempo, eu toco gente o dia inteiro, mas durante muito tempo eu trabalhei com músicos de orquestra, eu atendia os músicos da OSESP – **Ah! Que legal.** – E ai eles vinham com o instrumento... E se eu não tivesse tido a formação que eu tive em música e em piano, eu não ia entender o sofrimento que tem atrás de um músico, eu atendo muitos bailarinos também porque eu fiz trabalho de dança. Então, você acaba pertencendo a um nicho de pessoas que vem te procurar. Entende? E é natural... Se eu trabalhei mais com movimento eu sei orientar melhor o movimento, se é uma pessoa que fez Eutonia e veio da Psico ela vai acabar trabalhando com as tensões que vem junto com problemas emocionais, entendeu? Eu atendo mais gente com dor no sistema locomotor e é logico que as pessoas vêm tristes quando estão com dor, mas elas me procuram porque de certa forma Eu trabalhei bem com hérnia de disco, trabalhei bem com o problema que ela tinha nos pés de apoio. Entendeu? – **E pra fechar o que é Eutonia pra você?** – Eutonia pra mim é um jeito de viver, ela faz com que minha vida seja mais intensa mais bem vivida. Primeiro Eutonia é um trabalho que eu busquei pra tornar minha vida mais intensa e bem vivida. É tudo! Pra mim é tudo, tem a ver com todas as outras coisas que eu faço o fato d’Eu ser mãe, o fato d’Eu ser vó, o fato de eu ter namorado, d’Eu trabalhar, d’Eu ter mãe. – **Acho que era isso, obrigada!**

### Apêndice E – Entrevista voluntária P.

Eu sempre tive problema de coluna e fazia um trabalho com uma professora de ginástica e que foi indo por caminhos mais alternativos. E aí quando eu decidi que eu queria ir para área do corpo, eu fui fazer curso de massagem e tal e eu sentia muita falta do conhecimento, vamos dizer oficial sobre o corpo né? Anatomia, Fisiologia e tal. E aí eu ia prestar pra Fisioterapia, mas eu descobri que a Educação Física da USP tinha separado do esporte – **Isso é bom né? Pra quem não tem muita...** – É e eu não tenho a menor, imagina, sempre com problema de coluna não fazia muito esporte! Então, quando eu descobri isso prestei pra Educação Física porque eu queria uma área do corpo mais ligada à saúde mesmo e então nesse momento eu fui fazer Educação Física para me prepara pra fazer a formação em Eutonia – **Então você era formada em Serviço Social, e já fazia alguns cursos complementares de massagem?** - Fazia, trabalha já com o corpo, mas baseado na minha experiência e não com formação, fui fazer uma formação em massagem que durou 1 ano. Mas o que Eu queria mesmo era fazer a formação em Eutonia. – **Legal, e aí você fez a formação no instituto?** – Na verdade não, quando eu me formei em Educação Física em 1997, tava um período de pausa, a primeira formação do Brasil tinha acontecido, tinha terminado e elas tinham sido formadas pela Berta Vishinivetz que é uma argentina que mora na Dinamarca que foi formada direta com Gerda Alexander. A Berta deu a formação dessa primeira turma, voltou e pediu pros Eutonistas brasileiros montarem a continuidade da formação. Aí eles montaram, se criou um grupo que montou a formação e na época chamava Escola Brasileira de Eutonia, elas deram a formação para minha turma, eu comecei em 1998 até 2001 e elas continuaram. Essa escola mudou de nome num determinado momento virou Núcleo Berta Vishinivetz eles homenagearam a mestra né? E em 2009, ou seja, 11 anos depois que eu me formei, 3 pessoas, você falou que entrevistou a M. né? – **A M., e a L.-** Então, M., L. e L. elas se juntaram para montar o Instituto e junto com elas no projeto do Instituto estava com elas M. T. que mora no Rio e o J. M. que mora em Luxemburgo mas elas 3 aqui em São Paulo foram as que pegaram o boi na unha, um ano depois a gente entrou, mas 3 pessoas entraram no instituto que é a G. B., T. G. e eu e a gente vem trabalhando junto desde então. Na verdade em 2009 eu já dei aula no Instituto pro grupo que estava lá no SEDES mas eu não fazia parte, eu dei aula como professora convidada e não como professora que faz parte, né? Depois a partir de 2010 eu já entrei regularmente na equipe do instituto, que na verdade existe 2009. – **Depois que eu comecei a pensar em estudar Eutonia né, eu comecei a ver o SEDES o Instituto... Só que é tudo aqui né? E eu moro lá. Então Eu acho que vou focar um pouco agora em terminar...** - Você termina esse ano? – **Esse ano.** – E você está pensando em fazer a formação de Eutonia? – **É, então tá instigando, tá vindo uma vontade até porque quando eu penso em migrar pra área da Educação, eu penso em migrar pra área da educação pensando o corpo**

dessa maneira né no todo, e não nessa parte esportiva, do mecânico de você ser rígido e ter um padrão né? Então eu conversei bastante com a S. S. que é aqui pertinho e eu gostei bastante da proposta dela. – É ela trabalha muito com as crianças. – É Eu achei o máximo. – Tem que ir atrás porque Eu acho que o trabalho da Emmi Pikler, eu acho que faz muito sentindo pra quem vem da Educação Física estudar e parece que tá tendo uns seminários, umas formações disso aqui. Sempre em São Paulo né? – É sempre em São Paulo! É esse eu não tô sabendo, mas ela flou que em novembro a filha dela (Emmi Pikler) vem aqui dar um seminário. – É então. – É esse? – E então, porque ela deu uma aula lá no Instituto pros nossos alunos e ela falou disso, ela apresentou... – É ela tem uma formação bem legal no Vera Cruz que é pra Educadores né? Então assim, até porque esses tempos eu estava no Programa Curumim lá no Sesc-Bertioga e eu falei: Nossa é dessa forma que Eu penso em educar, exatamente desse jeito...encontrei meu lugar! – Ai que bom! – E estava adorando meu estágio lá – Ah mais era estágio não era emprego? – Não, não era estágio e ai era em Bertioga, então eu moro no Guarujá, estudo em Santos e estava estagiando em Bertioga e era pesado. E agora nesse segundo semestre onde as coisas iam exigir mais por causa do TCC vim a São Paulo conversa e tal. Eu acabei saindo de lá, mas com um dó no coração. – Ai! Que pena, mas tem Sesc em Santos também né? É mais pertinho do Guarujá? – Tem, é mais perto – Guarujá também tem, ou não? – Não, mas assim eu moro bem mais perto de Santos do que de Bertioga. – É porque a C. F. acho que deu aula em Santos num período bom. – De Eutonia você diz? Ela dá ainda eu conversei com ela, ela tem o espaço dela lá. – Mais no Sesc ela não dá mais? – No Sesc Eu não tenho conhecimento, não sei se ela dá, eu sei do espaço dela. E ai eu vi que assim, tem essa possibilidade e é bom que a Educação Física ela me proporcionar isso eu não preciso sair da minha área eu posso juntar né, então eu tô pensando mais nesse caminho. Quando eu pensei na Eutonia, aquela pouca experiência que eu tive, eu já comecei a me questionar e já foi reverberando um monte de coisa. E ai pela nossa formação de que tudo tem um objetivo e um método de avaliar né? Na Educação Física você tá fazendo alguma coisa com o objetivo para...e a avaliação vai ser...né? – Isso – Ai veio à pergunta, como isso acontece na Eutonia, porque é uma coisa tão íntima, tão sentida – Isso não acontece na Eutonia – É exatamente – Essa é a conclusão que você está chegando né? – Ai a gente começou a estrutura um projeto...e bom temos duas hipóteses...que é o caminho do nosso trabalho né? Que seria no caso os profissionais usarem a forma que a gente intitulou como instrumental que no primeiro capítulo da Gerda ela descreve um exercício no qual era usa argila, desenho e relato escrito e a fala. Então a gente... Ah! Ele pode possivelmente usar esse ou a forma empírica que é a forma de auto-observação que foi na hora fazendo o exercício e percebendo como acontece e enfim... Então estamos indo por esses dois caminhos então a pergunta ao Eutonista é... - Qual é? – Existe o uso de uma dessas técnicas? – Sim, Eu posso até ti mostrar

aqui a gente fez nesse final de semana com o grupo de formação, (Só vou cobri aqui o nome da pessoa) esse daqui é um trabalho de argila se você quiser você pode até tirar fotografar. – **Ah! Legal** – Não, acho melhor não fotografar não. – **É melhor? Eu vejo já tá bom.** - E essa já é a segunda argila dessa mesma pessoa. – **Quanto tempo ela está?** – Ela tá fazendo a formação em Eutonia e ela acabou de fechar o primeiro ano e ela está indo pro segundo ano. Então a gente fez uma argila no primeiro módulo do primeiro ano e nós estamos fazer uma segunda argila no primeiro módulo do segundo ano. E aí, a ideia é que essa argila seja um motivo de conversa entre ela e a orientadora dela. Então ela pode olhar e observar como esse processo aconteceu a partir do que se expressa na argila. Essa é uma das formas que a gente faz avaliação do processo a outra forma que a gente faz é a construção de uma autobiografia. [...] É um processo subjetivo não é um processo objetivo. A pessoa vai olhar para a argila dela e vai dizer: Nossa! Na minha primeira argila meu braço estava comprido meu braço esquerdo e meu braço direito estava curto, por exemplo, ou eu percebo que minha cabeça estava virada pro lado e eu me lembro que eu sempre estou com a minha cabeça virada para o lado, ou a pessoa olha a argila e fala: Nossa! Eu coloquei barriga eu nem sinto que eu tenho barriga ou eu tentei não por minha barriga mais eu tenho barriga e ela apareceu mesmo assim ou eu tenho problema nesse tornozelo e o problema aparece como uma rachadura, por exemplo, coisas que ela... Principalmente a partir daquilo que o aluno observa, o próprio aluno que fez a argila observa da sua própria argila essa é uma forma. A outra forma é um processo de autobiografia que contém formas expressivas que a argila faz parte, ele contém outras formas, uma das coisas que agente faz é uma cartografia a agente desenha o corpo humano um papel craft o contorno do corpo humano e a pessoa vai lá e cola, faz colagens, desenhos dentro do seu corpo humano e ela pode repetir isso depois. Aquilo é uma forma dela olhar o que está acontecendo com ela essa é uma forma. A autobiografia vai contendo vários processos expressivos e ela contém uma coisa que é muito importante que é o relato que o aluno faz da sua própria experiência. Então a cada tema que a gente trabalha na formação a gente pede para que o aluno faça um relato da sua experiência, porque a teoria da Eutonia ela vai sendo construída a partir da experiência, por exemplo, fechou o módulo de pele o aluno vai fazer um relato sobre a própria experiência ele vai estudar sobre a pele nos livros de Fisiologia, em alguns livros que falam mais da função da pele pelo olhar da psicologia, pelo olhar médico, biológico vamos dizer assim e ele vai dizer o que ele viveu por meio da experiência dele de pele e o que significou para ele isso, e aí ele entrega para gente um trabalho que junta tudo: a experiência, a vivência e a teoria. E uma discussão que a gente faz com o grupo todo, a formação é sempre em grupo né? Então a gente abre quando termina o módulo, uma conversa entre todos os alunos e esses alunos então vão contar, vão compartilhar e construir juntos o que para eles é a teoria da pele na Eutonia. Essa é uma forma como a gente vai avaliando o aluno, por exemplo, e vai ajudando o aluno a conhecer o que está acontecendo com ele

– **Essa avaliação é usada para as pessoas que estão se formando em Eutonia?** – Para as pessoas que estão se formando em Eutonia. – **E para as pessoas que vem no seu espaço praticar Eutonia existe alguma avaliação?** – Não, normalmente o que tem é o que aconteceu nessa aula e a pessoa vai vendo o processo às vezes a gente retoma o jeito que ela estava, mas é muito no modo empírico mesmo. Esse modo descritivo que descreve o que está acontecendo – **E presencial né? Do que aconteceu o que foi feito** – É, durante a aula de Eutonia a gente vai atualizando isso, por exemplo, a agente começa a aula com o inventário a pessoa deita... O inventário é uma boa forma de avaliação, porque a gente durante uma mesma aula a gente volta várias vezes pro inventário do início da aula então a pessoa tem a oportunidade de perceber como ela estava e como ela está e como ela está de novo e como ela termina a aula. Então ela consegue avaliar a partir da própria percepção, dizendo: A nossa! Agora minha perna direita ficou muito mais comprida que a esquerda. Ahh! Agora as duas se equilibraram. Nossa! Ela ficou mais pesada. Ah nossa Eu pensei que meu pé estavam rodados para dentro, mas estão rodados para fora. E assim, vai... Isso no processo do trabalho. – **Você faz um planejamento das suas aulas e como isso acontece? É fechado é aberto?** – É um planejamento aberto, normalmente eu escolho um tema às vezes uma aula encadeia na outra, e às vezes, não! Às vezes eu planejo algo que eu esteja vivendo esteja me interessando, às vezes eu me inspiro em um aluno que está precisando de alguma coisa. Então como regra na minha ação profissional, eu sempre chego e pergunto como vocês estão? Eles até brincam comigo, às vezes eles fazem coro: Como vocês estão? E aí eles falam: Ah! Hoje eu estou com uma dor lombar, hoje eu estou sentindo... E aí é o processo de avaliação deles de como eles trazem o modo como eles estão. Vou dar um exemplo, tem um aluno que ele tem um problema de lombar crônico e ele está praticamente resolvendo isso, com uma reorganização da posição bacia dele, e aí ele reorganizou a bacia e ele começou a sentir uma dor no calcanhar. E falou: Ah! Eu tenho tido uma dor no calcanhar. Porque ele tinha uma bacia que era antevertida e ele jogava o peso todo para o pé, quando ele organizou a bacia ele começou a jogar o peso pro calcanhar e fazer uma hiperextensão do pé, como postura, inconsciente e então ele agora tá trabalhando o pé, entende? Ele me traz isso no começo da aula e mesmo que naquela aula eu não consiga trabalhar, por exemplo, eu até consegui trabalhar isso e no final eu dei uma aula que no final trabalha um pouco dessa visão do alinhamento da perna mais eu posso, por exemplo, pegar isso como gancho para a minha próxima aula. Ah! Vou trabalhar o pé e a percepção da relação entre a bacia e o pé. O que acontece quando minha bacia está retrovertida, quando ela está anterovertida, quando eu apoio mais de um lado, quando eu apoio mais do outro. E aí ele vai ter a oportunidade de perceber o que ele faz com o corpo dele. Então é um planejamento, mas é um planejamento bem aberto!!! – **E essa é a ideia da Eutonia né?** – Sim, e outra coisa que é interessante, quando eu comecei a trabalhar a gente fazia um planejamento escrito e eu hoje já não faço mais um planejamento escrito e um planejamento

mais mental. Só que o que está acontecendo na aula, reconfigura o planejamento. Então, vamos supor que eu fiz o planejamento de uma aula pra trabalhar a presença do volume da coluna e pra isso eu vou usar um babumzinho, para trabalhar isso e tal, ou mesmo só a atenção no corpo, e eu percebo que os alunos estão vivenciando isso mais com desconforto na região de quadril, por exemplo, de articulação de quadril porque coluna e quadril têm muito a ver. Então, eu vou sendo captada pelo o que está acontecendo ali na aula e ai às vezes depois de trabalhar esse foco inicial eu incluo outra coisa que... O que está acontecendo na aula me leva a incluir. – **A gente já falou um pouquinho da formação né? E eu fiquei feliz agora, porque uma das ideias da professora, a gente ficou conversando que é muito difícil ter um critério de exclusão e inclusão. Assim não é difícil da pra pensar em uns aleatórios que se encaixam em qualquer trabalho mais a gente queria deixar uma coisa mais pensada, mas enfim... E ai a M. falou que tinha um aluno dela que chama M. M. não sei se você conhece?** – Sim, é o M. Eu conheço ele foi meu aluno também. – **Ah foi? Então, porque eu contei um pouco dessa minha ideia de talvez finalizar esse TCC e ir pra área da Educação e levar essa questão da consciência e tal. E ela falou: Ah ele é Educador Físico ele também trabalha com Eutonia na escola acho que seria muito importante e rico se você conversasse com ele e tal. Só que ele é lá da Granja Viana e antes de tudo a gente já tinha escrito né? Como eu já moro em Santos, já tenho que vir até aqui, que não é tão longe, mas assim podem acontecer coisas no meio do caminho e é um fator que distancia né?** – Claro! – **É, bom vamos limitar...é Baixada Santista e São Paulo capital que já é grande pra caramba se for parar pra pensar. Imagina se tivesse em tudo que é lugar?** – É mais os Eutonistas eles estão todos por aqui. – **É então, ontem mesmo eu passei por aqui e pensei: Ah! Eu conheço essa rua, agora eu falei que já estou virando paulistana já to começando a conhecer.** – Quando foi que você entrevistou a M.? – **Foi na Segunda ela foi a primeira aqui de São Paulo** – Ah tá, e ontem você entrevistou L.? – **Ai terça eu fui à L. de manhã, fiz a aula dela** – Ah você fez a aula dela? – **Fiz!** – Ah que bom! – **Sim, porque assim eu marquei quatro na verdade porque a A. C. não me deu resposta ainda, não sei se você conhece?** – Sim, foi nossa aluna também. – **Ela me respondeu o primeiro e-mail mais o segundo ela não me respondeu, então vou tentar entrar em contato...** – Quando foi que você falou com ela? Essa semana? – **Semana retrasada eu falei que essa semana eu estava vindo a São Paulo.** – É que a A. C. não estava em São Paulo, mas ela já chegou. – **Ah é?** – E ela dá aula se não me engano às quartas-feiras de repente você podia mandar um e-mail de novo pra ela. – **É eu mandei um na terça e disse: Oi A. C. já estou em São Paulo...** – Tá...vamos ver! Se Eu não me engano ela tá dando aula nas quartas feiras à noite. – **É eu vi no Facebook, no espaço sementes quarta-feira** – Isso, e lá na casa dela. A A.C. é educadora trabalha com crianças. – **Então já é uma possibilidade.** – Agora para algumas pessoas de repente você pode fazer entrevista por Skype. – **É foi o que Eu falei e a M.**



**também deu essa ideia... por telefone, por Skype** – Porque a gente tem 2 alunas que também são da Educação Física, mas na verdade elas não se formaram ainda porque não entregaram os trabalhos que é a M. B. acho que é isso o nome dela, e a M. elas se formaram em Educação Física na UNICAMP...quem mais é da Educação Física? O C. e professor de Yoga, mas ele é Arquiteto de formação... Mas o M. seria uma pessoa bem legal de você falar, tenta falar com ele por Skype. – **Não, o falar eu acho que não é muito a questão é mais a questão dos critérios que a gente já colocou. Não tá fechado ainda, mas eu vou levar pra ela essa proposta essa ideia. Porque ela falou: Agui vê se você não consegui fechar pelo menos na formação. E ai eu disse: - Nenhum dos que eu entrevistei tem formação em Educação Física né? E nosso trabalho vai ficar mais difícil ainda. Então vamos deixar aberto. Mas agora eu já sei que tem você, tem a T. G. e Eu não sabia da A.?** – Não, a A. não é professora de Educação Física ela é educadora. – **Ai não dá vamos deixar aberto então...** – Bom vamos lá vamos continuar... – **É vamos lá... Aqui você trabalha com os que vão se formar em Eutonia?** – Eu trabalho com as duas coisas... – **E qual o perfil?** – No meu consultório particular, quando eu dou aula em grupo, o perfil das pessoas que vêm são de jovens a idosos, ou seja, se encaixa desde a Educação Física para adolescente como adulto/idoso. [...] Homens e mulheres, a maioria que vem para mim, vem com demandas relacionadas à dor, a postura ao cuidado com o corpo, o cuidado com corpo para saúde e não o cuidado estético, o que mais o que você consideraria como perfil? – **Ah é livre, é mais pra saber as características.** – Quem que vem né? A maioria como é um grupo pago é de classe média alta, né? Eu acabo abrindo um pouco pra bolsa para algumas pessoas que estão fazendo a formação e não consegue fazer Eutonia ao mesmo tempo então, uma ou outra eu acabo abrindo com bolsa... E ai assim, nesse espaço também é um espaço onde acontece a formação do Instituto, a gente vai começar com uma turma agora no sábado e vai ser aqui. Tô tentando pensar... O perfil é de classe média para cima e a maioria é profissional liberal, profissional de dança. - na formação a maioria é profissional de dança, profissional da Educação Física, profissional da Psicologia, da Educação, da Fisioterapia, da Música. Então, áreas ligadas à arte de modo geral [...] Muitas pessoas ligadas à área das artes, principalmente Dança, Música e Teatro e esse ano está entrando uma fotografa e ano passado uma artista plástica então na verdade é a área das artes em geral. Muitas pessoas da área de saúde principalmente Fisioterapia, 'Fono' e Psicologia e Terapia Ocupacional, aliás, é um campo maravilhoso para a terapia Ocupacional, Pedagogia mesmo, tem alguns. E ai tem assim os outros paraquedistas que vem que fizeram Direito, fizeram Economia... Porque na verdade quem vem mesmo e fica para fazer a Eutonia e quem vive a Eutonia no seu dia-a-dia a pessoa que começa o processo de Eutonia ou em grupo ou individual, porque precisa, porque tem problema de coluna, porque tá deprimido, porque quer se conhecer melhor, porque o médico mandou, porque o vizinho indicou. A pessoa vem e começa a o processo de Eutonia se encanta porque ela é encantadora pra

quem tem esse olhar para dentro e algumas pessoas também vem pela questão espiritual a pesar da Eutonia não ter nenhuma abordagem mística, mas como ela nos coloca em contato com a gente mesmo ela acaba sendo um campo de vivência da própria espiritualidade nesse sentindo e não religiosidade tá? Espiritualidade nesse sentindo de uma conexão mais forte. – **Legal! Bem interessante e é legal que todas essas áreas de formação, que geralmente aqui a ferramenta de trabalho da maioria dessas pessoas é o corpo né? É o se relacionar, é o estar com o outro.** – Isso! – **Isso é muito bom, eu pelo menos considero bastante mais isso do que outras coisas, opinião própria né?... Bom, uso de articulação de linguagem assim, por exemplo, você é formada em Educação Física, dentro da sua aula, da sua vivência, da sua prática você traz outras linguagens pro trabalho em Eutonia?** – Sim, o que acaba acontecendo e que cada Eutonista cria um repertório de linguagem pessoal. Então, eu, por exemplo, você pode ver, eu adoro os ossos. Eu uso muito o meu repertório de conhecimento da Anatomia pras minhas aulas, isso é uma marca que eu posso dizer que é minha. Eu fui Aluna da T. G., foi minha professora quando eu tinha 14 anos de idade, ela não é uma velhinha ela é cinco anos mais velha do que eu só [...] Wilhelm Reich foi um psicólogo muito importante, médico na verdade muito importante no fundar a ideia de que o psiquismo é corpo, quer dizer, Freud já começa com isso, mas o Reich ele aprofunda no sentindo de dizer que então temos que trabalhar o corpo e eu para mim eu tenho uma visão muito forte que o que a gente faz, como a gente tem esse entendimento de que o corpo é uno, que você não é corpo e mente, corpo e mente é uma coisa só, corpo e psiquismo é uma coisa só, corpo e espírito é uma coisa só. Então, quando você está mexendo no corpo você está atuando sobre o seu corpo. Então, eu resolvi agora fazer uma formação nessa área num Instituto que tem em Mairiporã, eu vou uma vez por mês e passo o fim de semana lá, delícia! – **É já vai a passeio já, legal! Tá anotado... E dentro da Eutonia tanto o papel pedagógico como o terapêutico como você enxerga esses dois e se tem a prevalência de um ou de outro na sua abordagem, como que é?** – Na verdade eu entendo a Eutonia como prática terapêutica e pedagogia em todas as situações. Eu sinto que o trabalho em grupo como a gente não toca na pessoa diretamente, não faz o trabalho de toque, ele facilita o trabalho pedagógico que é o trabalho de fazer com que a pessoa aprenda a se cuidar pela característica do trabalho e isso não quer dizer que o trabalho em grupo também não seja terapêutico, no sentindo de que a pessoa vai se auto conhecendo, ela vai se observando, entende? O trabalho individual, quando a gente atende a pessoa individualmente, em que o trabalho de toque é muito presente a mão do Eutonista que toca o corpo do outro, ele facilita essa ação mais terapêutica do cuidado, cuidado com o outro. Então, as questões mais ligadas à terapia como as questões de transferências, as questões... Enfim, todas as questões que tocam a questão terapêutica [...] O trabalho individual ele propicia um contato mais íntimo entre o Eutonista e o aluno e essa intimidade que se cria no trabalho individual ela é um campo, um solo fértil para o trabalho

terapêutico, em que a pessoa pode trazer essa intimidade na presença do campo do 'Set' terapêutico, vamos dizer assim. Você chegou a ler o livro que a gente escreveu? A M. te mostrou? – **É o que tem um bambu na capa? Eu não li ainda, mas já está na minha listinha de compras. Até porque como a ideia agora é focar na Eutonia eu to lendo aos poucos sobre a Eutonia e mais pra frente a ideia é fazer dentro do trabalho um capítulo sobre corpo. Então a gente vai usar outros autores, Merleau-Ponty a Fenomenologia...** – Fenomenologia da percepção? – **Isso! E aí num segundo capítulo entra discussão do que foi pesquisado e falar também sobre a leveza o sutil sobre a Eutonia em si** – É na verdade é sobre o modo né? Vocês vão falar sobre a leveza e o sutil, mas você vai falar o modo do trabalho né? – **É eu acho que vai mais ou menos por aí, porque a gente ainda está estruturando mais vai mais ou menos pra esse sentindo. Né? De que tipo, a Eutonia traz essa leveza essa sutileza né?** – Ela traz a potência da sutiliza. – **Também, ela não só traz mais potencializa o que já existe.** – O que se pensa muitas vezes só que equivocadamente e que só os trabalhos fortes, ou seja, que atuam de uma forma muito contundente sobre o corpo são mais potentes do que os trabalhos delicados, e isso não é verdade! Porque no trabalho da Eutonia onde a sutiliza é muito forte isso é muito potente. O que acontece de transformação no corpo, por meio da sutiliza é muito potente. – **Eu fico pensando: Eu quero vir pra São Paulo pra fazer a formação!** – Venha, venha quando puder... Se prepara pra isso, é muito importante você se preparar pra isso, pra que você possa vir pra formação quando você realmente estiver madura pra ela. – Eu tenho Eutonista em Santos, além da C. tem a S. e tem a G. que Eu acho que não tá trabalhando. – **Não mais, eu entrei em contato com ela... G. F. né?** – Isso! – **A S. é engraçado porque quem me fez recordar dela foi até a L. ontem, porque tem uma reportagem da C. acho que 2009 faz tempo já, que a S. aparece como aluna né? E ela é Médica né?** – Médica, Homeopata, Acupunturista e ela tá voltando pra fazer a reciclagem com a gente. – **Ai conversando com a C. nesse último sábado ela falou: Ah! Uma das minhas alunas a S. (ai veio a reportagem na cabeça, né?) E eu perguntei se era a da reportagem e ela respondeu que sim! Porque eu lembro que na reportagem ela falava que a Eutonia além de mudar a percepção dela, mudou o modo como ela consulta, como ela enxerga o paciente e é bem legal. Só que pesquisando em Santos eu não vi o lugar que ela dá aula.** – Entra no site da Associação Brasileira de Eutonia, você entrou? – **Da associação? Eu entrei em tanta coisa, mais eu posso dar uma olhada.** – Anota aí, Associação Brasileira de Eutonia, não consegui acessar pelo tablete nem pelo smartphone, só consegue acessar pelo computador, porque o site tá muito antigo e lá tem todos os Eutonistas e com certeza tem o nome da S. lá, onde ela atende, o telefone o e-mail dela. [...] Eu não sei se ela está dando aula em algum lugar, eu acho que ela tá atendendo só no consultório... Mas é uma pessoa bacana pra você conversa e também é Médica né? – **Tem uma parte que a gente vai buscar: os diferentes campos de atuação da Eutonia, que é amplo pra**

**caramba né? – É! – E pra fechar então... Oque é Eutonia pra você?** Eu poderia começar dizendo para você que a Eutonia é uma filosofia de vida. Que inclui a ideia de que o homem é integral, corpo, mente, espírito, psiquismo, social, quer dizer, a relação com o outro e tudo isso tá integrado na experiência humana e através da Eutonia o ser humano vai entrando em contato mais profundo com ele mesmo em todas as dimensões. A Eutonia busca a economia de esforço, quer dizer, a gente poder estar no corpo, movimentar o corpo com economia de esforço e buscando equilibrar as tensões. É um trabalho de autoconhecimento, pela via corporal. É um trabalho que faz as pessoas serem mais felizes se eu não estiver sendo muito ínfimo e ingênua, mais felizes porque elas podem estar melhores com elas mesmas. – **Tá bem, muito obrigada!**

## Apêndice F – Entrevista voluntária S.

Eu queria muito estudar minhas escapulas, porque eu tinha uma questão, eu achava que as minhas escapulas eram um pouco fora do lugar, e aí eu fui encorajada assim, a perceber as minhas escapulas durante o dia em diversas situações e eu escrevi textos sobre isso, eu tenho texto sobre isso de como eu... sabe? Ah! eu senti que minhas escapulas melhoraram nesse sentindo, ou sinto melhor a parte do meio das escapulas, a musculatura a baixo... Entendeu? Então uma forma que você diz, é assim nesse sentindo né? Do próprio aluno sendo orientando também - **Isoo** - mas percebendo o seu processo de consciência corporal. Agora, nos trabalhos que eu fiz [...] Eu usei muito esse instrumento do desenho, porque na verdade, eu comecei a trabalhar com educadoras das crianças, porque ao mesmo tempo em que eu era uma Arte Educadora, de repente eu passei pra área de formar os educadores, e é o que eu faço hoje, eu estou mais formando educadores. O que eu sinto é assim... Você teve uma super ideia bacana de fazer esse TCC, pra você realmente mergulhar você teria que ter tido curso de Eutonia mesmo, mas eu acho que como você está muito disposta a pesquisar, a conversar já veio pra cá conversou com a L. que é uma Eutonista super experiente, você escolheu 2 muito legais né? Pra não dizer 3. Mas, enfim... Elas são muito legais experientes, uma psicóloga, outra bailarina que veio da área de dança, mas assim eu acho que você pode fazer um bom TCC você vai ter que pesquisar bastante. Que livros que você tá lendo? – **Então Eu já tenho o da Gerda, tenho o da Berta [...] tem o da M. que eu ainda não comprei, Eu fiz uma listinha né? Tem Merleau-Ponty que é Fenomenologia... E que eu fiz uma lista e assim, a gente tá dando passo a passo, porque a ideia é falar um pouco sobre a Eutonia e num segundo capítulo falar de corpo, sobre percepção e aí já entra o Merleau-Ponty já entra outros autores né? E fechar com a leveza que é todo esse encantamento da Eutonia né? Que é a experiência do sentir, do leve, do como você chega do como você sai e tentar explicar isso né? É meio complicado, eu acho assim a Eutonia ela é mais sentida do que escrita e tem poucas coisas na literatura pra gente se embasar** - Eu acabei de escrever um livro, que vai sair ano que vem, mas que tem um capítulo sobre a Eutonia ligado mais a Emmi Pikler, você sabe quem foi Emmi Pikler? – **Eu vi uns vídeos, com umas crianças... É um método?** – Na verdade é uma abordagem porque método na ciência a gente fala quando tem realmente, vamos dizer receitas para fazer a coisa e quando é um método mais aberto como é a Eutonia como é a Emmi Pikler é abordagem, a gente fala abordagem. Então nessa abordagem de Emmi Pikler ela se especializou nas crianças de zero a três anos, mas ela já usou Eutonia isso lá em 1950, ela conheceu a Gerda Alexander através de uma cunhada dela que tinha um problema sério de pulmão e que foi fazer a Eutonia e melhorou muito da questão pulmonar, porque na época da Gerda a Eutonia também começou a agir na área da saúde né? Porque as pessoas assim não andavam direito, tinham problemas até de não conseguir mais

andar, faziam aula de Eutonia começavam a sentir o peso e tal e começava a andar de novo, assim coisas bem fortes aconteceram! E aconteceu também dessas questões... Ela começou a trabalhar melhor o corpo e começou a respirar melhor e aí a Emmi Pikler que era uma médica húngara ela falou: Bom, vou conhecer essa Gerda Alexander né? Porque minha cunhada sarou, acabou. E uma aluna da Gerda Alexander acabou indo da Dinamarca onde ela estava com a escola pra Hungria para dar aulas, entende? Então teve um intercambio, porque a Emmi Pikler a gente até estuda ela na formação, essa médica ela era diretora de um abrigo no pós- guerra e ficou 60 anos como diretora desse abrigo e como diretora do abrigo ela então observava, filmava, descrevia todas as questões psicomotoras principalmente desses bebês de 0 a 3 anos, eles moravam lá né? Porque eram abrigados, então ela teve assim uma profundidade de pesquisa muito grande. Eu me especializei nela, tinha pouca coisa no Brasil quando a gente fez a formação, tinha só 1 texto que a Berta trouxe então tava em espanhol, mas 1 texto só. E aí, acabei indo pra Hungria pra Budapeste atrás de mais material, trouxe vários livros quase nada em português e agora vou lançar esse livro onde eu falo um pouquinho... Eu fiz bem uma pesquisa da Eutonia, quando surge porque que elas se conheceram (Emmi Pikler) da onde vem esse ramo, né? De somáticas, dessas questões de abordagens somáticas e enfim... E aí, todas as pesquisas que eu fiz com crianças pequenas, tem poucas Eutonistas que trabalham com crianças e na verdade pra criança tem uma questão muito diferente do que pra adulto, porque a Eutonia trabalha com a questão da consciência e a criança não tem essa consciência, então na Eutonia a gente tem muito essa consigna: Sinta o peso, sinto não sei o que... Precisa ter uma maturidade para fazer isso, a criança não! Ela tem essa necessidade de movimento, o tempo todo ela precisa se movimentar principalmente de 0 a . 3. Então o que a gente faz? A gente facilita materiais para que ela se movimente e através dessa movimentação livre, mais solta mesmo e desse interesse desse desejo de se movimentar de brincar e tudo mais que vem se perdendo na nossa civilização, porque as crianças vão pouco pra rua, não sobe mais em arvores e tal. Então com isso se perdeu um pouco essa consciência que era normal na criança né? Então, não sei como foi tua infância... Mas minha infância foi bastante na rua, tive muita possibilidade de subir em árvore, subir no muro, vivia no telhado, então assim a gente tem uma consciência sem saber que é consciência, então tem muito equilíbrio, então cai pouco e quando cai da uma arranhada e levanta. Enquanto que as pessoas muito protegidas elas ficam com menos equilíbrio, mais insegurança no movimento e fica menos ritmo e a nossa civilização agora ela tá indo pra uma questão de Ipad desde pequeninhos então, todas as pessoas como nós que estamos com a consciência da importância do movimento a gente tem que fazer muita coisa pra convencer os pais e professores de que é preciso deixar se movimentar a criança pequena. – O seu foco é até 6 anos ou 12 anos? – **Então, na verdade pro TCC a gente não tá delimitando um público.** – Bacana! Acho melhor trabalhar com adulto, nesse TCC porque é muito diferente – **É, porque o público é só uma parte do trabalho, o**

**Eutonista vai trabalhar com determinado público, mas na verdade o foco é no como ele avalia isso e se existe essa avaliação? Se não, essa é a pesquisa a gente vai buscar entender. Mas quando eu tava lá, isso tava muito vivo, sabe? E assim como eu queria ir pra área da Educação... Pensando assim se eu for mesmo fazer minha licenciatura e tal. Eu penso em crianças de 6 até de 10 anos pra baixo. Mas isso é pra mim, na minha formação como Educadora. E todos esses pensamentos vêm de encontro com o que eu penso se eu for Educadora – Exatamente, exatamente! Porque isso que eu estou te falando assim é o que falava Alon, Vygotsky... Se você sempre gostou de Educação assim, tudo que você for usar, vamos dizer uma pós-graduação ou uma especialização em Educação. Você vai ver que todos eles falam a mesma coisa, essa fase sensório-motor quer dizer isso que Piaget fala quer dizer que nessa fase de 0 a 6 anos, principalmente de 0 a 3, a criança precisa essencialmente de movimento. Então tudo que você fala pra ela: Fique na fila, sabe? Senta bonitinha, assiste TV você tá atrapalhando o desenvolvimento cerebral dela, da estrutura cerebral, da inteligência. – **E na Educação Física a gente estuda bastante o Piaget e Vygotsky e o Curumim me fez pensar dessa maneira porque lá tem essa abordagem livre.** – É essa abordagem, mas então tenha a consciência que não é em todo lugar. Sesc que é top né? Que tem essa visão mais contemporânea, as faculdades mais top's a gente tem aqui em São Paulo a faculdade especializada em educação infantil como a Singularidades, Instituto Vera Cruz, onde eu dou meu curso de extensão universitária – **Ah eu vi ali... É a mesma?** – É a mesma organização, mas é a parte de faculdade. [...] São muito legais os cursos muito bacana pra especialização e eles tem toda essa abordagem bem contemporânea e o que eu quero ti mostrar Aguireska, você desculpa mais é que eu não posso ficar muito tempo com você, porque amanhã, eu dou um curso em Pindamonhangaba que é pra educadores, eu vou as 7h da manhã e volto a noite, então eu tenho que preparar não só o curso, como as coisas que vão ficar aqui...e agora eu estava fazendo um nota fiscal pra esse curso, então assim eu tenho que agitar umas coisas. Mas eu quero ti mostrar o trabalho que eu fiz que a minha monografia do curso de Eutonia, porque eu peguei justamente essa questão de pegar professores de escola, uma escola que a gente chama de escola conveniada que não é só da prefeitura. [...] E então assim, eu já fazia um trabalho de formação para educadores, quando eu me formei em Eutonia e eu queria saber se a Eutonia seria um bom instrumento pro educador ter consciência do próprio corpo e com isso poder olhar melhor o corpo da criança, porque a criança tem todo um jogo, uma comunicação corporal que o adulto já perdeu, quando já teve né? Então a gente tem que aguçar esse olhar do corpo de novo, desde o bebê, que o bebê está o tempo todo já se comunicando desde que vem só que os adultos acabam cuidando dele assim como quem cuida de um pacote, de um estojo, porque eles não olham não percebem que está desesperado que está pegando rápido demais, e que se você chega e olha... A mesma coisa da Eutonia são as consignas fala: Olha nós vamos tomar um banho agora, eu vou tirar sua roupinha**

você me ajuda? Olha essa perninha, puxa a perninha, espera um pouquinho... Porque essa medica (Emmi Pikler) percebeu que muito cedo, com meses eles já põem um tônus no membro. Então imagina a sensação do esquema corporal já iniciando e isso é muito serio no ponto de vista psicológico, porque quando a gente nasce e como se a gente continuasse com o cordão umbilical nos 3 primeiros meses, porque a gente é muito próximo ainda da sensação de estar dentro da mãe, do útero. Então esses três primeiros meses, muitos autores chamam de gravidez extra-uterina entende? Tá muito próximo... E ai, a gente vai crescendo mais não vai crescendo e rapidamente: Eu sou um ser inteiro! A gente se sente meio fazendo parte da mãe, da professora, do ambiente a gente não tem o contorno que a gente estuda tanto em Eutonia, né? A pele como nosso limite do território corporal e então se eu chego muito próximo, eu sinto você mais não encosto na sua pele, mais eu sinto tua energia, teu calor, a gente considera que tem um campo radiante e isso é muito importante pro adulto porque só quando eu respeito meu espaço e que eu posso respeitar o teu, e ai tá tudo que todo mundo fala de espiritualidade de medicina de tudo. Primeiro você tem que compreender como é da pele para dentro entender o seu espaço, para depois entender o espaço do outro e quando a gente não tem isso e muito adulto não tem, você esbarra no outro o outro de incomoda, porque o outro ti incomoda? Se você tiver bem consigo mesmo, não tem porque ninguém ti incomodar você quer mais é conviver, você quer estar no mundo com pessoas você não quer ir eliminando pessoas e na nossa sociedade muito competitiva isso não é muito abordado né? Esse respeito ao espaço e assim... – **Não só o respeito como a consciência né?** - Então a consciência é muito importante você não tem respeito se não tiver consciência, você nem sabe da sua potência, porque você tá sempre olhando no outro a tua potência – **Copiando** – Isso, quando você copia o outro você fala: Tomara que o outro suma, porque assim eu assumo o lugar dele, não é assim né? A gente tem um lugar no mundo à gente veio fazer alguma coisa, eu acho que todo mundo que tem um pouco de espiritualidade tem que acreditar que a gente já veio fazer alguma coisa aqui. E quando a gente acha coisas pra fazer, a gente vê, nossa a tanto a se fazer! Então tem que outras pessoas muitas outras engrossarem o caldo pra conseguir fazer alguma coisa. – **A sua monografia tá disponível em algum portal?** – Ela não tá, mas eu posso ti mostra, mas também assim, eu acho que eu ti mostraria pra mostrar como foi a parte de avaliação né? Porque na verdade, eu acho que você tem que fazer tua monografia, não posso ti dar a minha. – **Não, era mais no sentido da avaliação!** – Mas você vai ver como funcionou quer ver? Fala, vai falando, vou só pegar aqui... Eu gostaria de ti mostra como foi à questão da avaliação Aguireska, porque eu acho que pode ti ajudar muito... – **Na minha entrevista eu tenho algumas perguntas pré-estabelecidas, só pra entender um pouquinho, como você falou que tem o curso e tal. Eu posso perguntar o que vai me embasar depois pra eu escrever e depois a gente conversa um pouquinho sobre isso? E ai a gente já fecha?** – Uhum! – **Então, tá... A primeira pergunta era aquela mesmo da avaliação então o que Eu**



**entendi só pra gente confirmar, você usa bastante o instrumento do desenho - (e da argila) - E com as crianças, você conseguiu fazer a auto avaliação?** - Não eu não faço auto avaliação. – **E o público são as crianças?** – Na verdade é assim... O público como? As aulas que Eu dou? – **Que você atende, seu público específico vamos colocar assim** – Então, antigamente meu publico era criança, depois eu fui dando só curso de férias né? Ai eu recebo as crianças, eu faço esses instrumentos né, por exemplo, essa coisa de madeira que a gente usa – **Isso no curso de férias?** – É no curso de férias esporádico, assim eu nem sei se vou continuar dando. – **Eu vi, achei o máximo aquele curso!** – Agora o foco é formação de educadores. – **Bom então eu vou manter o de instrumentos porque te considerando uma Eutonista com seu público que...** – (Que são os educadores) – **Você mantém os instrumentos e com eles você faz a auto-avaliação?** Eu faço, considero sempre o que eles sentiram de diferença né? – **Bom, eu acho que é isso! Essa parte de avaliação... Como é objetivo é uma pergunta mais certa né?** – É bem objetivo – **É, o seu planejamento...** Agora indo para os educadores, só pra eu entender um pouquinho porque eu não sei se foge muito do que seria uma aula de Eutonia pros educadores ou se você passa mais a parte pedagógica? - Atualmente Eu estou fazendo uma mistura das 2 coisas, eu faço uma parte bem teórica, nesse curso, por exemplo, que eu dou de extensão universitária no Instituto Vera Cruz, eu tenho trinta horas todo dia vai mais ou menos 1h de Eutonia, ai eu passo pé, pernas, bacia, coluna etc., as propostas já tem a ver com o movimento da criança também, para que o adulto se ponha no lugar. – **Existe um planejamento dessa aula e como é a estruturação dessa aula?** – Então a aula se inicia com a Eutonia, ai tem o esqueleto dentro da aula a gente olha a sequência óssea que vai ser estudada, percebe como é a questão articular a questão óssea, depois a gente faz os exercícios de consciência para se conscientizar bem dessa parte e depois a gente faz uma roda de conversa para falar sobre as sensações como é que foi? Se teve alguma descoberta? Se percebeu alguma questão? Como se sentiu? e tal. Ai tem a parte mais teoria que tem como metodologia vídeos, textos, Power Points, trabalho em grupo e depois tem uma avaliação do curso e todas as avaliações são bem interessantes o quanto eles falam assim que acrescenta muito trabalhar o corpo pra entender a criança sabe? O quanto eles não se davam conta de determinadas coisas – **Que é você se perceber como corpo pra entender que você vai trabalhar com corpos** – Isso, também que a gente não é só raciocínio [...] E não é holístico né? A gente não esta se considerando um ser total, você tá considerando só uma parte e desconsidera o corpo. E agora achar que é só corpo também... É por isso que a Eutonia é tão completa, porque parte da ciência mesmo você olha a questão óssea que é tão estrutural né? E você trabalha muita essa questão da musculatura esquelética, o diálogo com a gravidade que é uma questão que a criança pequena tá muito nessa experimentação né? Do movimento! – **Tanto o papel pedagógico e o terapêutico dentro da Eutonia, como você enxerga esses dois e se você faz mais uso mais de um do que...** No caso

**aqui, como você forma educadores...** – É bem pedagógico. Eu só digo que pode ser usado de forma terapêutica. Mas eu só trabalho em grupo com a parte mais pedagógica. – **E aí na continuidade era um pouquinho da sua história, da sua formação, quando que veio a Eutonia, com quais outras linguagens sua aula conversa?** – Tá, então minha formação primeiro foi em dança né? Trabalhei bastante o corpo em dança, primeiro com o Ballet clássico, depois Ballet moderno, expressão corporal com Klauss Vianna, dancei em alguns grupos. Depois eu fui pra área de Jornalismo Científico escrevi sobre dança, fiz uma especialização (...) e primeiro eu escrevi sobre dança, sobre educação e saúde principalmente, aí eu fui pra área de educação escrevendo uns livros sobre educação, tudo um trabalho mais jornalístico e aí que eu fui para área de Artes Plásticas, esse ateliê tem também essa pesquisa que eu fiz nessa época com tintas naturais, então comecei a fazer uma pesquisa de tirar tinta de casca de árvore, de raízes então eu trabalhei com artes plásticas e hoje juntei tudo isso! Aí eu fui fazer o curso de formação profissional em Eutonia me formei em 2007 – **Você fez no Instituto que tem aqui?** – Antes de formar esse atual. No Gerda Alexander, não esse é o Gerda, foi no Berta Vishnivetz que era o primeiro né? – **Sei** – E aí comecei a usar Eutonia junto com a formação para os Educadores de escola, e aí eu me especializei mais ultimamente na educação de 0 a 3 anos, fiz esse caminho assim. – **É uma idade tão gostosa né?** – É! Não é essa coisa motora acontece tudo aí né? Fica em pé, anda... Então é uma grande conquista. Tudo que acontece dos 0 ao 3 de movimento repercuti até a velhice. – **É o que forma né?** – É, inclusive a gente trabalha com umas coisas assim, tá vendo? Esses são os brinquedos que a gente deixa a criança no chão pra ela sempre se movimentar, essas coisas de varias texturas são objetivos não estruturados, tá vendo? – **Uhum** – Uma coisa mais fria, outra mais molinha, umas coisas mais leves, mas pesadas etc. Tudo que a criança pode pesquisar entendeu? – **Sim** - E tecidos né? Então assim a gente faz uma cesta dos tesouros... – **Diferentes tipos né?** – É, Bacana né? – **Uhum** – esse daqui é aquele sapinho que faz... Já viu? – **Não** – É Indígena (barulho) – **Olha que legal!** – Não é? Parece o sapo – **Que bacana!** - Enfim, é muito interessante porque a gente estimula pra que a criança se movimente bastante no chão de barriga pra cima, então ela vai fazer aquelas coisas que o adulto faz na Eutonia que é sentir apoios, vai virando de um lado do outro e você tem um peso. – **Nossa muito legal! Tem bastante crianças?** – Oh nas escolas que eu vou muitas né? Aqui eu até recebo algumas, grupos que vêm com as mães. – **Então essa aula você dá em Escola?** – Eu dou pros professores em escolas e aqui também. [...] – **O perfil a gente já falou um pouquinho que vai das crianças até os educadores?** – É – **E o que é Eutonia pra você?** É uma ferramenta para consciência corporal que nos aproxima mais das nossas possibilidades corporais e de um cuidado com o próprio corpo. – **Muito bom, obrigada!**

### **Apêndice G – Roteiro Diário de Campo**

- ✓ Como o profissional conduz a aula;
- ✓ Há avaliação;
- ✓ Estruturação da aula;
- ✓ Materiais utilizados;
- ✓ Quem são os alunos e média de idade.

## **Apêndice H – Diário de Campo**

### **Voluntária T – Aula 1.**

- ✓ Como o profissional conduz a aula: A todo o momento a aula é direcionada verbalmente pela Eutonista e raramente uma movimentação é demonstrada a fim de ser espelho dos alunos, embora ela realize a maioria dos momentos junto com os alunos. Na maior parte do tempo a Eutonista dita um determinado movimento e os alunos por sua vez acabam descobrindo maneiras de ‘alcançar’ o objetivo e a partir disso a construção da consciência corporal vai ficando cada vez mais singular e pessoal. Pois na medida em que as constatações do próprio corpo vão surgindo às percepções dos alunos são ampliadas.
- ✓ Há avaliação: As percepções são relatadas e colhidas a todo o momento, pois o Eutonista além de direcionar a aula, questiona as sensações e os alunos são encorajados a expressar suas vivências, fazendo com que a aula fique um pouco mais ativa. E isso é constatado na fala dos alunos, afinal nem sempre a percepção e a vivência de um, contempla a do outro e vice-versa. E isso é o que torna esse estudo do corpo tão rico, já que o que você sente faz parte do seu histórico e de como você o interpreta.
- ✓ Estruturação da aula: A aula é iniciada a partir da realidade que os alunos levam ao Eutonistas, sobre suas dores físicas e da alma (sentimentos)... Desse modo o Eutonista começa a traçar um caminho que irá beneficiar o aluno em questão como as demandas do grupo no geral, as aulas nunca são fixas, por exemplo, só o segmento inferior e/ou só o superior, ainda que exista uma especificidade do dia, contudo o nosso corpo é integrado inviabilizando qualquer trabalho segmentado.
- ✓ Materiais utilizados: Almofadas de alpiste.
- ✓ Quem são os alunos e média de idade: Na primeira aula compareceram 2 mulheres uma formada em Educação física e Pilates e outra em Economia, com aproximadamente quarenta anos de idade e aparentemente saudáveis.

## **Apêndice I – Diário de Campo**

### **Voluntária P – Aula 2.**

- ✓ Como o profissional conduz a aula: A condução da aula é verbal, e a todo o momento a Eutonista se desloca pelo espaço, direcionando os alunos a perceberem seus corpos e as movimentações trabalhadas.
- ✓ Há avaliação: Sim, essa avaliação acontece desde o inventário, até a última movimentação... Ao longo da aula, a observação do aluno é muito trabalhada e o que difere essa atenção é o ‘entrar em contato consigo mesmo’ e captar as respostas que o corpo apresenta a todo o instante.
- ✓ Estruturação da aula: Sentados em roda, a Eutonista questiona os alunos sobre como estão se sentindo, a partir daí os relatos vão surgindo, às vezes 1 ou 2. E na maior parte das vezes a aula é estruturada em cima dessas constatações prévias. Na qual o aluno terá a oportunidade de comparar o antes e o depois.
- ✓ Materiais utilizados: Bambu e cabaça.
- ✓ Quem são os alunos e média de idade: Compareceram na primeira aula 7 mulheres e 2 homens. Sendo, 2 senhoras (uma delas também professora de Eutonia); 3 jovens adultas e 2 mulheres de meia idade. Conversando com 1 aluno, ele relatou que tinha esclerose múltipla e que faz Eutonia a cerca de 1 ano e que notou significativa melhora na qualidade de vida, afinal com o passar do tempo algumas movimentações básicas foram prejudicadas devido à progressão da doença. Eu pude observar uma pequena dificuldade dele, ao calçar o sapato do pé esquerdo, quando o do direito ‘funcionava’ em perfeitas condições. E ele afirmou que ainda tem algumas dificuldades, mas que as aulas de Eutonia têm desacelerado o avanço da Doença.

## Apêndice J – Diário de Campo

### Voluntária T – Aula 3.

- ✓ Como o profissional conduz a aula: A condução verbal é a mais utilizada, em seguida o fazer junto, só que o interessante é o que talvez descaracterize a condição de espelho e que ela nunca está posicionada à frente dos alunos e sempre entre os alunos, o que a meu ver, conforta e nos diz que além dela conduzir a aula, ela também está neste lugar comum de pesquisar o corpo.
- ✓ Há avaliação: A Eutonista sempre questiona os alunos sobre suas conclusões e como isso reflete no corpo e após esse *feedback* dos alunos ela sempre complementa os relatos com explicações características da área de conhecimento da Eutonia, explicando de onde vem essas tensões, como identifica-las e levando a atenção dos alunos a estes lugares com o objetivo de ampliar a consciência corporal.
- ✓ Estruturação da aula: Como não houve relatos específicos, esta aula foi construída a partir do todo, das conexões entre tronco, membros inferiores e superiores. Com o objetivo maior de pesquisa toda a extensão da coluna, que é o segmento que liga todas as partes que compõem o corpo.
- ✓ Materiais utilizados: Tora.
- ✓ Quem são os alunos e média de idade: Compareceram nessa aula, 1 mulher meia idade, que relatou fazer Eutonia há anos, 1 senhora de 88 anos que é professora de ginástica e 1 jovem de aproximadamente 25 anos.

## **Apêndice K – Diário de Campo**

### **Voluntária P – Aula 4.**

- ✓ Como o profissional conduz a aula: Verbalmente tanto para direcionar as movimentações como para correção, e essa correção não é do movimento em si, mas do como essa pessoa está se colocando e se permitindo vivenciar e despertar os sentidos, na maior parte das vezes essa correção é direcionada para todos e aqueles que acham necessário fazer algum reajuste aproveitam o momento. Geralmente as variáveis trabalhadas são (velocidade, peso e amplitude de movimento).
- ✓ Há avaliação: Sim, essa avaliação acontece desde o inventário, até a última movimentação... Ao longo da aula, a observação do aluno é muito trabalhada e o que difere essa atenção é o ‘entrar em contato consigo mesmo’ e captar as respostas que o corpo apresenta a todo o momento.
- ✓ Estruturação da aula: Geralmente estão todos acomodados no chão, uns deitados outros sentados e a Eutonista direciona uma pergunta para ao grupo: Como vocês estão hoje? E a partir da demanda, ela estrutura a aula a fim de contemplar todos. Por exemplo, nessa aula as demandas foram pernas e ombros.
- ✓ Materiais utilizados: almofadas preenchidas com vários grãos (soja, alpiste, grão de bico), bolinhas de tênis e bolinhas de massagem.
- ✓ Quem são os alunos e média de idade: Compareceram na aula 7 mulheres e 2 homens. Sendo, 2 senhoras (uma delas também professora de Eutonia); 3 jovens adultas e 1 mulher de meia idade.

## Apêndice L – Termo De Consentimento Livre e Esclarecido

Prezado (a) Senhor (a) \_\_\_\_\_, esta pesquisa busca entender quais técnicas avaliativas são aplicadas na intervenção do profissional que faz uso do método da Eutonia. E está sendo desenvolvida pelo(s) pesquisador(es): Agnieska Maciel Ribeiro, aluna do Curso de Educação Física da Universidade Federal de São Paulo, Campus Baixada Santista, sob a orientação do(a) Prof(a) Dra. Laise Tavares Padilha Bezerra Gurgel de Azevedo. Os objetivos do estudo são identificar quais técnicas avaliativas: empírica ou instrumental são aplicadas na intervenção do profissional, com o auxílio de entrevistas semi-estruturadas e diário de campo. Tem como justificativa ampliar a margem de conteúdos disponíveis na literatura visto que os estudos sobre o tema ainda são escassos. A finalidade deste trabalho é compreender os elementos que compõe essa avaliação, como são estruturados e utilizados. A Pesquisa não apresenta riscos aos participantes, uma vez que só serão divulgados dados que o próprio entrevistado autorizar e não haverá exposição de juízo de valor. Consideramos que apesar de não haver benefícios diretos aos participantes da pesquisa, esperados poder contribuir para ampliar o referencial teórico para a pesquisa nessa área das Práticas Corporais Alternativas. E, além disso, não apresenta qualquer tipo de despesas pessoais aos participantes.

Solicitamos a sua colaboração para responder a entrevista, como também sua autorização para apresentar os resultados deste estudo em eventos científicos e publicar em revista científica (*se for o caso*). Por ocasião da publicação dos resultados, seu nome será mantido em sigilo. Informamos que essa pesquisa não oferece riscos, previsíveis, para a sua saúde.

Para estar apto a participar da pesquisa o voluntário deve ter uma prática sistemática há no mínimo três anos e ministrar aulas de Eutonia ao publico em geral. Estando dentro dos parâmetros necessários o voluntário irá participar de uma entrevista semi-estruturada elaborada pela pesquisadora. Esclarecemos que sua participação no estudo é voluntária e, portanto, o(a) senhor(a) não é obrigado(a) a fornecer as informações e/ou colaborar com as atividades solicitadas pelo Pesquisador(a). Caso decida não participar do estudo, ou resolver a qualquer momento desistir do mesmo, não sofrerá nenhum dano, nem haverá modificação na assistência que vem recebendo na Instituição (*se for o caso*). O participante será informado do resultado da pesquisa e terá livre acesso aos pesquisadores que estarão a sua disposição para qualquer esclarecimento que considere necessário em qualquer etapa da pesquisa.

### Declaração do participante:

Diante do exposto, declaro que fui devidamente esclarecido(a) e dou o meu consentimento para participar da pesquisa e para publicação dos resultados. Estou ciente que receberei uma via desse documento.



---

Assinatura do Participante da Pesquisa  
ou Responsável

Contato do Pesquisador (a) Responsável: Caso necessite de maiores informações sobre o presente estudo, favor ligar para as pesquisadoras Laise Tavares Padilha Bezerra Gurgel de Azevedo ou Agnieska Maciel Ribeiro que podem ser encontradas na unidade central da Unifesp Campus Baixada Santista, situado à Rua Silva Jardim nº: 136, Vila Mathias – Santos/ SP CEP: 11015-020, Telefone: (13) 981708904. Se você tiver alguma consideração ou dúvida sobre a ética da pesquisa, entre em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Unifesp – Rua Botucatu, 572 – 1º andar, cj 14, 5571-1062, FAX 5539-7162 – E-mail: cepunifesp@unifesp.br.

Data: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

---

Assinatura do Pesquisador Responsável

---

Assinatura do Pesquisador Participante

Obs.: O sujeito da pesquisa ou seu representante e o pesquisador responsável deverão rubricar todas as folhas do TCLE apondo suas assinaturas na última página do referido Termo.



## Apêndice N – Carta De Anuência Para Autorização De Pesquisa

Ilmo (a) Sr. (a) \_\_\_\_\_

Diretor (a) da instituição \_\_\_\_\_

Solicitamos autorização institucional para realização da pesquisa intitulada “Teoria e prática das técnicas avaliativas da Eutonia” a ser realizada no nome da instituição, pela pesquisadora aluna Aguireska Maciel Ribeiro, aluna do Curso de Educação Física da Universidade Federal de São Paulo, Campus Baixada Santista, sob a orientação do(a) Prof(a) Dra. Laise Tavares Padilha Bezerra Gurgel de Azevedo. Os objetivos do estudo são identificar quais técnicas avaliativas: empírica ou instrumental são aplicadas na intervenção do profissional, com o auxílio de entrevistas semi-estruturadas e diário de campo, necessitando portanto, ter acesso aos dados a serem colhidos através de um diário de campo durante prática de duas aulas desenvolvidas na sala de aula onde ocorrem as aulas de Eutonia dessa instituição. Por ocasião da publicação dos resultados, o nome da instituição será mantido em sigilo.

Na certeza de contarmos com a colaboração e empenho desta Diretoria, agradecemos antecipadamente a atenção, ficando à disposição para quaisquer esclarecimentos que se fizerem necessária.

Santos, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_  
***Prof(a). Dr(a) Laise Tavares Padilha Bezerra Gurgel de Azevedo***

☐ **Concordamos com a solicitação**

☐ **Não concordamos com a solicitação**

\_\_\_\_\_  
***Nome completo***  
***Diretoria da Instituição onde será realizada a pesquisa***

**(CARIMBO)**